

मनोविज्ञान

प्रकृत और अप्रकृत
(Normal and Abnormal)

लेखक
मधुकर

सेन्ट्रल बुक डिपो, इलाहाबाद
१९५७

प्रथम संस्करणा

जून १९५७

प्राक्कथन

प्रस्तुत पुस्तक में मैंने मनोविज्ञान के अध्ययनक्षेत्र—मनुष्य के व्यवहार—के प्रकृत और अप्रकृत दोनों पक्षों का निरूपण करने का प्रयास किया है। ऐसा दो उद्देश्यों से किया गया है। हिंदी में अब तक प्रकृत और अप्रकृत मनोविज्ञान विषयक साहित्य का नितान्त अभाव है। मेरा पहला उद्देश्य एक तरह से उसी अभाव की पूर्ति कर देना है। दूसरा उद्देश्य मेरे इस विश्वास का कार्यरूप है कि प्रकृत मनोविज्ञान को अच्छी तरह समझने के लिए अप्रकृत मनोविज्ञान को भी समझ लेना बहुत आवश्यक है। प्रकृत और अप्रकृत व्यवहार की कसौटी सापेक्षिक होती है और दोनों को अच्छी तरह जान लेने के बाद ही उनमें कोई विभाजन रेखा खींची जा सकती है। अप्रकृत मनोविज्ञान का क्षेत्र आज-तक विवादग्रस्त बना हुआ है। मैंने अप्रकृत मनोविज्ञान का वही रूप प्रस्तुत किया है जो लगभग निश्चित-सा बन चुका है।

एक समय था जब मनोविज्ञान का अध्ययन निश्चित दृष्टिकोणों के आधार पर किया जाता था। आज उन दृष्टिकोणों का केवल ऐतिहासिक महत्व ही रह गया है। मनुष्य का व्यक्तित्व इतना विभिन्न और विचित्र होता है कि उसे किसी एकात दृष्टिकोण से नहीं समझा जा सकता। व्यक्तित्व के अनेक पक्षों की व्याख्या जिस दृष्टिकोण से अच्छी तरह हो सकती है उसे निस्सकोच स्वीकार करना चाहिए। मेरा लक्ष्य किसी विशेष दृष्टिकोण का समर्थन या प्रतिपादन न करके केवल मनुष्य को समझना रहा है। मनोविज्ञान के आधुनिक स्वरूप में मनुष्य को मनोभौतिक प्राणी मानकर उसके व्यक्तित्व को निर्धारित करने वाले जन्मजात, गत्यात्मक और अर्जित सभी प्रकार के प्रभावों और उनके सापेक्ष सम्बन्धों का अध्ययन किया जाता है। मैंने मनुष्य पर पढ़ने वाले उपर्युक्त सब प्रभावों का अलग-अलग खण्डों में विवेचन करके इस बात पर विशेष जोर दिया है कि मनुष्य का व्यक्तित्व उन सब प्रभावों से निर्धारित और संगठित होने वाली इकाई होता है और उसकी अभिव्यक्ति व्यवहार के माध्यम से होती है।

अन्य वैज्ञानिक विषयों की तरह हिंदी में उपर्युक्त मनोवैज्ञानिक शब्दों की भी बड़ी कमी है। इस कमी को दो तरह से पूरा किया जा सकता है। एक तो अंग्रेजी शब्दों का भाषान्तर करके, दूसरे सज्ञावाचक शब्दों को ज्यों का त्यों अपनाकर। सज्ञावाचक शब्दों का भाषान्तर तभी करना चाहिए जब उनकी मौलिक अर्थ-योग्यता नष्ट न होती हो। हर शब्द का जबर्दस्ती भाषान्तर

करके हिन्दी प्रेम तो दिखाया जा सकता है लेकिन हिन्दी में विज्ञान को प्रतिष्ठित नहीं किया जा सकता। मेरी समझ से हिन्दी-प्रेम की तुलना में विज्ञान बड़ा है और हिन्दी में विज्ञान को प्रतिष्ठित कर देना ही हिन्दी की सबसे बड़ी सेवा है।

इस पुस्तक में मैंने अँग्रेजी के अनेक सज्ञावाचक शब्दों को ज्यों का त्यों अपनाया है क्योंकि भाषान्तर से उनकी मौलिक अर्थ-योग्यता नष्ट हो रही थी। भाषान्तर वही किया गया है जहाँ शब्द की अर्थ-योग्यता सुरक्षित रह सकी है। हिन्दी में illusion शब्द का पर्याय 'भ्रम' है किंतु hallucination और delusion का कोई उपयुक्त पर्याय नहीं है। मैंने hallucination के लिए मतिभ्रम और delusion के लिए हठभ्रम शब्दों का प्रयोग किया है जिनमें अँग्रेजी शब्दों की अर्थयोग्यता सुरक्षित है। हिन्दी के मनोविज्ञान साहित्य में प्रचलित कतिपय शब्द अँग्रेजी शब्दों का ठीक पर्याय नहीं है। उदाहरण के लिए perception शब्द को ले लीजिए। हिन्दी में इसका पर्यायवाची शब्द 'प्रत्यक्ष' माना जाता है। किंतु perception और प्रत्यक्ष शब्दों के अर्थ में बहुत भेद है। Perception का अर्थ होता है 'मानसिक प्रक्रिया द्वारा वस्तुओं को नाम, रूप, गुण, भेद से सविशेष बनाकर जानना' जबकि प्रत्यक्ष (प्रति + अक्ष) का अर्थ है 'आँख के सामने पड़ना।' स्पष्ट है कि perception शब्द जिस मानसिक प्रक्रिया की ओर संकेत करता है उसके लिए प्रत्यक्ष शब्द बिल्कुल अनुपयुक्त है। इसलिए मैंने perception का पर्याय 'सज्ञा करना' ज्यादा उपयुक्त समझा है। दोनों शब्दों की अर्थ-योग्यता का अन्तर व्यावहारिक दृष्टि से भले ही नगण्य क्यों न हो किंतु वैज्ञानिक दृष्टि से उसका महत्व निर्विवाद है।

इलाहाबाद विश्वविद्यालय के दर्शन-विभाग के अध्यक्ष प्रो० रामनाथ कौल और डा० शशधर दत्त के आशीर्वाद और सौहार्दपूर्ण पथ-प्रदर्शन को मैं अपना सौभाग्य समझता हूँ। ए० के० कालेज, शिकोहाबाद, के दर्शन-विभाग के अध्यक्ष प्रो० मदनसिंह ने अपने स्नेहमय आग्रह से मुझे सदा प्रोत्साहन दिया है। पुस्तक के दूसरे खण्ड के अध्यायों को लिखने में मैंने इलाहाबाद के मनोहरदास राजकीय नेत्रचिकित्सालय के अध्यक्ष नेत्रविशेषज्ञ डा० दानबहादुर चन्द्र, एम० एस०, पी० एम० एस०, के सत्परामर्श से यथाशक्ति लाभ उठाया है। पारिभाषिक शब्द-निरूपण और अन्य दुरूह स्थलों पर डा० रमेशचन्द्र, एम० ए०, आयुर्वेदालकार, से मुझे अमूल्य सहायता मिली है। इन सब महानुभावों के प्रति अपने आभार को शब्दों द्वारा प्रकट कर सकने में मैं अपने को असमर्थ पाता हूँ। मैं उन सब लेखकों का अत्यन्त ऋणी हूँ जिनकी कृतियों से मैंने

पुस्तक लिखने में सहायता ली है । मैं अपने उन सब विद्यार्थियों का अत्यन्त कृतज्ञ हूँ जिन्होंने समयासमय का कोई विचार न करके मुझे हर तरह से सहयोग दिया है और जिनकी जिज्ञासा मेरी प्रेरणा का मूल रही है ।

परिस्थितियों की प्रतिकूलता, अध्ययन की अनेक असुविधाओं और अपनी सीमाओं के कारण मैं पुस्तक को इच्छाभर पूर्ण नहीं बना सका हूँ । इसके लिए मुझे यही समझकर सन्तोष कर लेना पड़ा है कि जब ईश्वर की कृति मनुष्य ही पूर्ण नहीं है तो स्वयं मनुष्य की कृति कैसे पूर्ण हो सकती है ! फिर भी अपने उत्तरदायित्व के प्रति मैं सजग अवश्य रहा हूँ ।

इलाहाबाद }
जून, १९५७ }

—मधुकर

The proper study of mankind is man.
—Pope

विषयकी

१ मनोविज्ञान क्या है ?

३

मनोविज्ञान के प्राचीन रूप ४, अधिकरण मनोविज्ञान ४, साहचर्य-वाद ४, रचनावाद ५, कार्यवाद ५, मनोविश्लेषण ६, हार्मिक मनो-विज्ञान १०, व्यवहारवाद ११, गेस्टाल्ट मनोविज्ञान ११, मनोविज्ञान का आधुनिक रूप १३, व्यवहार के अध्ययन के विभिन्न प्रसङ्ग १३, मनोविज्ञान के अध्ययन का विषय १६, मनस् क्या है १७, प्रकृत और अप्रकृत व्यवहार १७, मानसिक क्रियाएँ १७ ।

२ अध्ययन प्रणालियाँ तथा क्षेत्र

२०

विज्ञान और प्रणाली २१, किंवदन्ति प्रणाली २२, अवलोकन २३, अन्तर्निरीक्षण २४, प्रयोग २६, विकासात्मक प्रणाली २६, मनोविज्ञान में नाप २६, सांख्यिकीय प्रणाली २६, अध्ययन क्षेत्र ३०, पशुमनोविज्ञान ३०, बाल-मनोविज्ञान ३०, व्यक्ति-मनोविज्ञान ३१, समाज-मनोविज्ञान ३१, शिक्षा मनोविज्ञान ३१, औद्योगिक मनोविज्ञान ३१, अप्रकृत मनोविज्ञान ३२ मनोचिकित्सा ३२, रोगोपचारी न्यूरोलाजी ३२, रोगोपचारी मनोविज्ञान ३३, मनोविकार-शास्त्र ३३, मनोविश्लेषण ३३ ।

३ प्राणी की उत्पत्ति तथा विकास

३७

प्राणी और परिवेश ३७, उत्तेजना और प्रतिक्रिया ३८, प्राणी और प्रतिक्रिया ३९, ग्राहक और प्रभावक ४०, कोष ४०, कोष की विशेषताएँ ४१, मनुष्य का प्रारम्भिक जीवन ४२, बच्चा जन्म से पहले ४५, बीजकाल ४६ बुद्धि काल ४६, भ्रूणकाल ४६, आनुवंशिकता ४७, आनुवंशिकता की व्याख्या ४९, वाइसमन का सिद्धान्त ४९, विकासवादी सिद्धान्त ४९, मेण्डेलीय सिद्धान्त ५०, मेण्डेलीय सिद्धान्त की व्याख्या ५१, परिवेश का प्रभाव ५२ ।

४ परिधीय और केन्द्रीय स्नायु-प्रबन्ध

५४

परिधीय प्रबन्ध ५५, न्यूरोन ५५, न्यूरोनीय सामीप्य ५६, उत्तेजना और न्यूरोन ५७, न्यूरोनो के भेद ५८, न्यूरोनीय क्रियाएँ ५८, मूलप्रवृत्तियाँ

और प्रक्षिप्त क्रियाएँ ५६, न्यूरोनीय क्रियाओं के नियम ६१, केन्द्रीय प्रबन्ध ६३, मेरुदंड ६३, मेरुदंड शीर्ष ६४, स्वचालित प्रबन्ध ६४, ग्लैंड ६६, थायरायड ६७, पिच्युइचरी ६८, एड्रिनल ६८, गोनड ६८, मनस् ६८ लघुभाग ६९, मध्यभाग ६९, दीर्घभाग ६९, दीर्घभाग का विभाजन ७१, मानसिक क्रियाओं के स्तर : चेतन, उपचेतन, अचेतन, ७३।

५ जानना

७७

संवेदन ७८, संवेदन की विशेषताएँ ७९, संवेदन और उत्तेजना ८१, चेतनता ८१, अवधान और विन्यास ८२, अवधान की विशेषताएँ ८३, अवधान के निर्धारक ८४, अवधान के प्रकार ८५, अवधान की चञ्चलता ८६, विन्यास ८८, प्रतिक्रिया-समय ८९, संज्ञा करना ८९, संगठन के नियम ९०, समीपता ९०, सदृशता ९०, खड्पूर्ति सिद्धान्त ९१, आकृति और भूमि ९२, विन्यास ९२, संज्ञा और सार्थकता ९३, संज्ञादोष ९४, वेबर का नियम ९५, भ्रम ९६, सामान्य भ्रम ९६।

६ जानने के साधन

१००

आँख १००, रचना १०१, क्रिया १०३, पर्किन्जे व्यापार १०४, दृष्टिविकार १०५, रङ्गों के विषय में १०७, नेत्रपटल के रंगक्षेत्र १०९, उत्तर-संवेदन १०९, रंगों का विरोध ११०, रंगों को घोलना ११०, रंग घुलने के नियम १११, वर्णान्विता १११, रंग-विषयक सिद्धान्त ११२, कान ११३, रचना ११३, क्रिया ११५, ध्वनि के विषय में ११६, ध्वनि लहरों का भेद ११६, आवृत्ति ११७, लम्बाई ११७, रूप ११८, ध्वनि की विशेषताएँ ११८, पिच ११८, लंबाई ११८, घनत्व ११८, टिम्बर ११९, ध्वनि विषयक अन्य बातें ११९, अशनाद ११९, ताल ११९, ध्वनि का डूब जाना १२०, श्रवण-विकार १२०, त्वचीय बोध १२०, त्वचीय बोध का अनुशीलन १२१, मासपेशीय बोध १२२, शारीरिक स्थिति का बोध १२२, स्वाद लेना १२३, स्वादेन्द्रिय १२३, स्वाद के गुण १२४, स्वाद-स्थल १२४, स्वाद-अनुशीलन १२५, सूँघना १२५, नाक १२५, गन्ध के गुण १२६, गन्ध-अनुशीलन १२६, दिशा और दूरी जानना १२७, स्पर्श से उत्तेजना की स्थिति जानना १२७, ध्वनि से स्थिति जानना १२८, ध्वनि से स्थिति जानने पर मानसिक विन्यास का प्रभाव १२८, दृष्टि से उत्तेजना की स्थिति जानना १२८, दूरी के ज्ञान में नेत्रीय अनुशीलन १३०, समय जानना १३१, गति को जानना १३२, गतिशीलता के भ्रम १३२, अप्रकृत त्वचीय विकार १३३, हाइपरेस्थीसिया और एनेस्थीसिया १३४, पैरेस्थीसिया १३४, सिनेस्थीसिया १३५।

७ व्यवहार के प्रेरक

१३६

मूलप्रवृत्तियाँ १४०, जन्मजात प्रेरक १४२, भूख १४२, प्यास १४३, नीद लगना १४३, नीद की व्याख्या १४३, नीद सम्बन्धी कुछ अप्रकृत वाते १४७, मैथुन १४७, अप्रकृत मैथुन-मनोवृत्ति १४८, मातृ-प्रवृत्ति १४८, थकना १४९, खेलना १५०, उत्सुकता १५२, अर्जित प्रेरक १५२, सामूहिकता १५३, अनुकरण १५३, अनुकरण के रूप १५४, आत्म-निवेदन १५४, आत्मानुमोदन १५४, युयुत्सा १५५, आदत १५५, अचेतन प्रेरक १५६, रुचि १५६, मनोवृत्ति १५७ ।

८ रागात्मक व्यवहार

१५८

प्रसन्नता और अप्रसन्नता १५८, नंचारीभाव १५९, भावों का संचार कब होता है १६२, संचारीभाव क्या है १६३, संचारीभाव प्रेरकों के रूप में १६३, संचारीभाव अनुभव के रूप में १६४, संचारीभाव प्रतिक्रिया के रूप में, १६५, संचारीभावों के निर्देशक १६६, सैद्धान्तिक व्याख्या जेम्स-लागे सिद्धान्त १७०, जेम्स-लागे सिद्धान्त की आलोचना १७२, हाइपोथैलेमसिक सिद्धान्त १७३, मूड १७५, स्थायीभाव १७५, संचारीभावों का विकास और विभेदीकरण १७५, संचारीभाव और बीमारियाँ १७७, संचारीभावों का उचित निर्माण १७७, लिबिडो १७८, रागात्मकता की अवस्थाएँ १७८, मौखिक अवस्था १७८, नार्सिससीय अवस्था १७९, श्रेयसीकरण और स्थायीकरण १७९, काम्प्लेक्स १८०, स्वस्थ और अस्वस्थ काम्प्लेक्स १८०, काम्प्लेक्स कैसे बनते हैं १८१, इडियस काम्प्लेक्स १८१, द्वन्द्व १८३ ।

९ प्रतिक्रियाओं के रूप

१८४

आन्तरिक कठिनाइयाँ १८४, बाह्य कठिनाइयाँ १८६, संतुलित प्रतिक्रियाएँ १८६, प्रत्यक्ष चूक-चेष्टा १८६, परोक्ष चूक-चेष्टा १८७, अवरोधी प्रतिक्रियाएँ १८८, अर्द्ध-संतुलित प्रतिक्रियाएँ १८९, हीनता-काम्प्लेक्स पैदा करने वाली कुछ सामान्य बातें १९०, क्षतिपूरक प्रतिक्रियाएँ १९१, प्रतिष्ठापन १९५, असंतुलित प्रतिक्रियाएँ १९६, ऋणात्मक प्रतिक्रियाएँ १९६, रीग्रेशन १९७, बचकानी प्रतिक्रियाएँ २००, कुसंतुलित प्रतिक्रियाएँ २००, शमन २००, शमन की व्याख्या २०४, आत्म-प्रताड़ना २०५, प्रक्षेपण २०७ ।

१० सीखना

२११

सीखना और परिपक्वता २१२, सापेक्षीकरण २१२, सापेक्षीकरण की दिशा २१४, उत्तेजनाओं की पुनरावृत्ति २१५, उत्तेजनाओं का क्रम और अवधि सम्बन्ध २१६, सापेक्षीकरण पर आयु का प्रभाव २१७, उत्तेजनाओं का सामान्यीकरण और विभेदीकरण २१८, सापेक्षीकरण का महत्व २१९, सापेक्षीकरण का उच्छेद २१९, चूक और चेष्टा २२०, चूक-चेष्टा के प्रयोग २२२, प्रयोगों की व्याख्या २२४, सीखने का सैद्धान्तिक पक्ष २२४, सीखने में पुनर्शक्तीकरण का स्थान २२५, सीखने में ग्राहको और प्रभावको का स्थान २२६, सूक्ष्म-बूझ द्वारा सीखना २२७, मनुष्यों का सीखना २३०, अनुकरण द्वारा सीखना २३१, सीखने का सक्रमण २३२, द्विपार्श्व सक्रमण २३३, संक्रमण के आधार २३४, आदत का हस्तक्षेप २३४, सीखने का लेखा २३५।

११ सीखना और याद रखना

२३६

सीखने पर प्रभाव डालने वाली बातें २३९, पुरस्कार और दंड का प्रभाव २४१, प्रशंसा और निन्दा का प्रभाव २४२, प्रतिद्वन्द्विता का प्रभाव २४३, सीखने पर अभ्यास का प्रभाव २४३, सामग्री को सीखने के ढंग का प्रभाव २४६, याद रखना २४७, याद रखने पर प्रभाव डालने वाली बातें २४८, सार्थकता का प्रभाव २४८, ज्ञानेन्द्रियों का प्रभाव २४९, आयु का प्रभाव २५०, सेक्स का प्रभाव २५०, अच्छी तरह याद रखने के उपाय २५०, प्रपाठ २५०, धारण-क्षमता जानना २५१, ज्यादा सीखने का प्रभाव २५२, पुनरावर्तन करना २५३, स्मृति-विस्तार पर आयु का प्रभाव २५३, पुनरावर्तन में सहायक बातें २५४, साहचर्य २५४, समीपता का नियम २५४, सदृशता का नियम २५५, विरोध का नियम २५५, पुनरावर्तन को प्रभावित करने वाली बातें २५६, त्साईगार्निक प्रभाव २५६, पुनरावर्तन में बाधाएँ २५७, पुनरावर्तन के कुछ विशेष उपाय २५८, सम्मोहन २५८, पहचानना २५८, भूलना २५९, प्रतीपकारी अवरोध २६१, क्या धारण क्षमता को उन्नत किया जा सकता है २६१, स्मृतिसम्बन्धी विकार २६२, व्यापक और सीमित ऐम्नीसिया २६३, पैरेम्नीसिया २६३, हाइपरनीसिया २६४।

१२ प्रतीकात्मक क्रियाएँ

२६६

प्रतिमाएँ २६७, स्मृति प्रतिमाएँ २६७, आइडेडिक प्रतिमाएँ २६८, मतिभ्रम २६८, स्वप्न २६९, फ्रायट का मत २७०, स्वप्न-क्रिया

२७२, स्वप्न-अभिव्यक्ति के साधन २७३, स्वप्नो का प्रयोजन २७३, यूंक का मत २७५, आर्कॅटाइप २७६, आर्कॅटाइप प्रतिमाएँ २७६, फ्रायट-यूंक की स्वप्न व्याख्या की तुलना २७६, स्वप्न-प्रतीको का कार्य २८१, स्वप्नो में अतिरजना और नाटकीयता २८१, भयावह स्वप्न २८२, दिवा-स्वप्न २८४, प्रत्यय २८६, आगमन प्रणाली २८६, निगमन प्रणाली २८७, आगमन-निगमन प्रणाली २८७, भाषा २८७, प्रतीकों का व्यावहारिक महत्व २८८, सोचना २८९, सोचने की दिशा २८९, तर्क करना २९१, आविष्कार करना २९३

१३ व्यक्तित्व

२९७

व्यक्तित्व क्या है २९७, व्यक्तित्व के निर्धारक २९९, शारीरिक निर्धारक २९९, आनुवंशिक प्रभाव ३००, परिवेश का प्रभाव ३००, सांस्कृतिक प्रभाव ३०१, शिक्षा और उद्देश्य का प्रभाव ३०१, गत्यात्मक प्रभाव ३०१, व्यक्तित्व का व्यवस्थापन ३०२, इड ३०३, ईगो ३०४, सुपरईगो ३०६, व्यक्तित्व का विकास ३०७, व्यक्तित्व के परिवर्तक ३१०, अन्तर्मुखता-वहिर्मुखता ३१३, बुद्धि ३१६, बुद्धि-परीक्षण ३१७, टर्मन का सशोधन ३१९, बुद्धि विषयक सिद्धान्त ३१९, एकखंडी सिद्धान्त ३२०, दोखण्डी सिद्धान्त ३२०, प्रत्ययाश सिद्धान्त ३२१, बहुखण्डी सिद्धान्त ३२२, प्रमुख मानसिक योग्यताओं का सिद्धान्त ३२३, अक योग्यता ३२४, शब्द योग्यता ३२४, मौखिक अर्थ योग्यता ३२४, स्मृति ३२५, तर्क योग्यता ३२५, प्रसरिक योग्यता ३२५, सज्ञात्मक गति ३२६, बुद्धि लब्धि और आयु ३२६, मनोनुकूलता ३२७

१४ अप्रकृत व्यक्तित्व

३२९

संतुलित-असंतुलित व्यवहार की कसौटी ३२९, प्रकृत और अप्रकृत व्यक्तित्व ३३२, संतुलनात्मक दृष्टिकोण ३३२, परिमाणात्मक दृष्टिकोण ३३३, गुणात्मक दृष्टिकोण ३३३, आकुलता ३३३, वास्तविकता-आकुलता ३३४, न्यूरोटिक आकुलता ३३४, नैतिक आकुलता ३३५, अप्रकृत व्यक्तित्व के रूप ३३५

१५ साइकेस्थीनिया

३३९

फोबिया ३३९, व्याख्या ३४०, प्रतीकात्मक मूर्त फोबिया ३४१, व्याख्या ३४२, प्रतीकात्मक अमूर्त फोबिया ३४३, पर्यावरण ३४४, व्याख्या ३४५, बाध्यक्रियाएँ ३४५, साइकेस्थीनिक टिक ३४६, साइकेस्थीनिया;

सैद्धान्तिक विवेचन ३४७, हॉलिंगवर्थ का मत ३४७, विषटित-प्रतिक्रिया मत ३४८, जैने का मत ३४८, फ्रायट का मत ३४९

१६ हिस्टीरिया, एपीलेप्सी, बहु-व्यक्तित्व ३५१

हिस्टीरिया के लक्षण ३५१, एपीलेप्सी ३५२, एपीलेप्सी के कारण ३५४, सैद्धान्तिक विवेचन ३५४, हिस्टीरिया के रूप ३५४, एनेस्थीसिया ३५४, टिक और कोरिया ३५६, हिस्टीरिक दर्द ३५७, हिस्टीरिक लकवा ३५८, फ्यूग ३६०; सोमनैम्बुलिज्म ३६१, बहु-व्यक्तित्व ३६३, हिस्टीरिया और शरीरजन्य रोगों का सम्बन्ध ३६६, हिस्टीरिया के कारण ३७०, हिस्टीरिया-सैद्धान्तिक विवेचन ३७१, शारको का मत ३७१, बैबिन्स्की का मत ३७२, जैने का मत ३७२, फ्रायट का मत ३७३

१७ मेनिक उदासी, नष्टार्तवकालीन मेलन्कोलिया, पैरानोइया ३७७

मेनिक-उदासी ३७८, मेनिक पक्ष और उसके रूप ३७८, उदासी पक्ष और उसके रूप ३८०, मिश्रित रूप ३८१, सामान्य विशेषताएँ ३८१, व्याख्या-सम्बन्धी मत ३८३, नष्टार्तवकालीन मेलन्कोलिया ३८६, सामान्य लक्षण ३८६, व्याख्या ३८७, पैरानोइया ३८८, विश्वास और हठभ्रम ३८८, हठभ्रमों का वर्गीकरण ३८९, पैरानोइया के लक्षण ३९१, पैरानोइड व्यक्तित्व ३९३, पैरानोइया और पैरानोइड व्यक्तित्व की व्याख्या ३९४

१८ स्काइजोफ्रीनिया ३९६

स्काइजोफ्रीनिया और बहुव्यक्तित्व ३९७, स्काइजोफ्रीनिया के सामान्य लक्षण ३९८, स्काइजोफ्रीनिया के रूप ३९९, प्रच्छन्न रूप ४००, साधारण रूप ४००, पैरानोइड रूप ४०१, कैटानिक रूप ४०२, हीवीफ्रीनिक रूप ४०४, व्याख्या सम्बन्धी दृष्टिकोण ४०६, आनुवंशिक दृष्टिकोण ४०६, रासायनिक दृष्टिकोण ४०७, विकासात्मक दृष्टिकोण ४०७, गत्यात्मक दृष्टिकोण ४१०, अन्तिम निष्कर्ष ४११

१९ आंगिक साइकोसिस ४१२

संक्रामक साइकोसिस ४१२, सामान्य पैरेसिस ४१२, एन्सी-फैलिटिस ४१४, निर्माणात्मक साइकोसिस ४१५, आघातक साइकोसिस ४१६, रक्त-विकार जन्य साइकोसिस ४१६, सठियाने के अन्य रूप ४१७, मद्य और विष जन्य साइकोसिस ४१८

२० सम्मोहन और निर्देशन ४२३

संक्षिप्त इतिहास ४२३, सम्मोहित करना ४२४, सम्मोहनावस्था की पहचान ४२५, सम्मोहनावस्था की कुछ विशेषताएँ ४२६, कुछ अन्य महत्वपूर्ण प्रश्न ४२८

२१ प्रक्षेपण विधियाँ ४३०

रोशनी मस्याकृति परीक्षण ४३१, कथानक-पूर्ति परीक्षण ४३४

प्रासंगिक पुस्तकें ४३७

निर्देशिका ४४३

भूल-सुधार

पृष्ठ २२७ पर असावधानी से अन्तिम दो पंक्तियाँ गलत छप गई हैं। उनकी जगह निम्नलिखित पंक्तियाँ पढ़िए :

चूक-चेष्टा द्वारा सीखने की व्याख्या करने के लिए थार्नडाइक द्वारा प्रतिपादित 'प्रभाव के नियम' पर आक्षेप उठाया गया है। न्यूरोनीय व्यवस्था पर उन्हीं क्रियाओं की छाप गहरी पड़ती है जो बार बार की जाती हो।

पृष्ठ १८८ पर ऊपर से छठी पक्ति में पहले शब्द 'अवरुद्ध' के स्थान पर 'अवरोधी' पढ़िए।

सामान्य परिचय

मनोविज्ञान क्या है ?

मनोविज्ञान शब्द दो शब्दों से मिलकर बना है, मन और विज्ञान। व्युत्पत्ति के अनुसार मनोविज्ञान का अर्थ मन का विशिष्ट या विधिवत् ज्ञान है। मन् शब्द सस्कृति की 'म' धातु से निकला है जिसका अर्थ है 'नापना'। मन ही मनुष्य के सारे ज्ञान और अनुभव को नापता है इसलिए मनोविज्ञान मन की उन क्रियाओं का विधिवत् अध्ययन है जो सारे ज्ञान और अनुभव को नापती हैं।

यो तो मनोविज्ञान का प्रारम्भ मनुष्य के साथ ही हुआ है किन्तु उसका विधिवत् वैज्ञानिक अध्ययन पाश्चात्य देशों में १९वीं शताब्दी से शुरू हुआ था और आज तक हो रहा है। इस अर्थ में मनोविज्ञान का अतीत तो बहुत बड़ा रहा है किन्तु उसका इतिहास बहुत छोटा है। मनोविज्ञान को अंग्रेजी भाषा में साइकोलॉजी (Psychology) कहा जाता है। साइकोलॉजी शब्द यूनानी भाषा के दो शब्दों साइकी (Psyche) और लॉगास (Logos) से मिलकर बना है। साइकी शब्द का अर्थ आत्मा और लॉगास शब्द का अर्थ विचार करना है। अतएव साइकोलॉजी में मनुष्य की आत्मा का अध्ययन किया जाता है।

अपने मानवी रूप में साइकी एक राजा की तीन लड़कियों में सबसे छोटी और सबसे सुन्दर थी। उसकी सुन्दरता से सौंदर्य की देवी अफ्रोडाइट को ईर्ष्या हुई। देवी ने प्रेम के देवता क्यूपिड को आज्ञा दी कि वह साइकी के अन्दर सबसे घृणित मनुष्य के लिए प्रेम जाग्रत कर दे। किन्तु साइकी की सुन्दरता देखकर क्यूपिड स्वयं ही उस पर मोहित हो गया और छिपकर हर रात को उससे प्रेमालाप करने को जाने लगा। साइकी की बहनें भी उसके सौंदर्य से ईर्ष्या करती थी और उन्होंने साइकी को यह विश्वास दिलाया कि वह रात में एक कुरूप दानव से प्रेमालाप करती है। इस पर साइकी ने एक दिन रात को दिए के प्रकाश में सोते हुए क्यूपिड को देखा और उसको सुन्दर पाकर अत्यन्त प्रसन्न हुई। किन्तु संयोगवश उसके दिए के तेल की एक गर्म बूँद सोते हुए क्यूपिड पर गिर पड़ी जिससे वह जाग गया और साइकी के अविश्वास करने पर अत्यन्त क्रोधित हुआ और उसे छोड़कर चला गया।

साइकी के सुख के दिनों का अन्त हो गया और वह जगह-जगह अपने प्रेमी की खोज करने लगी। अन्त में वह अफ्रोडाइट के महल में पहुँची जहाँ उसे गेक लिया गया और उससे अत्यन्त कठोर काम करवाए जाने लगे। इस बीच क्यूपिड छिपे-छिपे साइकी की सहायता करता रहा, नहीं तो साइकी अवश्य मर जाती। अन्त में साइकी अफ्रोडाइट के मन से ईर्ष्या निकाल देने में सफल हुई, उसका अपने प्रेमी से मिलन हो गया और वह अमर बन गई। इस कहानी द्वारा साइकी के रूप में मनुष्य की आत्मा के अन्दर होने वाले संघर्षों का चित्रण किया गया है।

हाँ, तो मनोविज्ञान में मनुष्य के मन का अध्ययन किया जाता है। मन को अनेक प्रकार से विभिन्न रूपों में समझने की कोशिश की जाती रही है जिससे मनोविज्ञान के अनेक रूप रहे हैं। मन के रूप को समझने के लिए पहले मनोविज्ञान के विभिन्न रूपों पर विचार कर लेना चाहिए।

मनोविज्ञान के प्राचीन रूप

(१) अधिकरण (Faculty) मनोविज्ञान—एक समय था जब मन को सवेदन, सज्ञा, याद करना, सोचना आदि विभिन्न मानसिक क्रियाओं का स्वतंत्र अधिकर्ता और मानसिक क्रियाओं को मन के अधिकरण का परिणाम समझा जाता था। मन के विभिन्न अधिकरणों को भी एक दूसरे से स्वतंत्र माना जाता था। किन्तु विभिन्न मानसिक क्रियाओं को मन के विभिन्न और एक दूसरे से स्वतंत्र अधिकरण मानने से उनकी एकता स्पष्ट नहीं हो पाती और मानसिक क्रियाओं को समझने में कोई सहायता नहीं मिल पाती।

(२) साहचर्यवाद (Associationism) —अधिकरण-मनोविज्ञान का प्रबल विरोध साहचर्यवाद के रूप में हुआ। ह्यूम, बेन, मिल आदि साहचर्यवादियों के अनुसार ज्ञान सवेदन से प्राप्त होता है और सवेदन अलग-अलग इकाइयाँ होती हैं। ज्ञान में जो एकरूपता होती है वह साहचर्य के नियमों द्वारा आती है।

जब हम नारंगी देखते हैं तो हमें पीले-लाल रंग, एक निश्चित आकार, गोलाई, मोटाई आदि के विभिन्न सवेदन होते हैं। ये सवेदन अपने आप में नारंगी का ज्ञान नहीं देते वरन् जब वे साहचर्य के नियमों द्वारा परस्पर संयुक्त हो जाते हैं तो हमें नारंगी का ज्ञान या अनुभव होता है। इस प्रकार साहचर्यवाद भी मानसिक क्रियाओं की एकता को नहीं मानता। उनमें जो एकता होती है वह साहचर्य के नियमों द्वारा लाई जाती है। इस प्रकार साहचर्यवाद का प्रमुख उद्देश्य अनुभव का विश्लेषण करना और अनुभव के

पीछे साहचर्य के नियमों को ढूँढना था जिनसे मानसिक क्रियाओं की एकता की व्याख्या की जा सके ।

(३) रचनावाद (Structuralism)—इस मत का प्रवर्तक ऊन्ट था । वह शरीर-विज्ञानी था और अनुभव या ज्ञान को प्रकाश, स्वाद, गन्ध आदि के विभिन्न सवेदनो (sensations) से निर्मित मानता था । अतएव उसके लिए अनुभव या ज्ञान की समस्या सवेदनो के परीक्षण की समस्या बन गई जिसके लिए उसने उन्नीसवीं शताब्दी के उत्तरार्द्ध में जर्मनी के लाइप्जिग नामक शहर में मनोविज्ञान की सर्वप्रथम प्रयोगशाला खोली थी । अपने सवेदनो का वर्णन व्यक्ति स्वयं ही कर सकता है, इसलिए तत्कालीन शरीर-विज्ञानियों ने सवेदनो का वर्णन कर सकने की व्यक्तिगत प्रणाली को अन्तर्निरीक्षण (introspection) नाम दिया और उसे एक सर्वथा मौलिक प्रणाली समझा । व्यक्ति के विभिन्न व्यक्तिगत सवेदनो के अनुभव के योग को उन्होंने चेतनता (consciousness) कहा । अतएव उनके अनुसार मनोविज्ञान का उद्देश्य अन्तर्निरीक्षण द्वारा चेतनता की 'रचना' को जानना और उसको निर्मित करने वाले नियमों का अनुसन्धान करना था ।

(४) कार्यवाद (Functionalism)—मनोविज्ञान का कार्यवादी दृष्टिकोण उन्नीसवीं शताब्दी में डार्विन, लायड मॉर्गन आदि जीव-विज्ञानियों द्वारा प्रतिपादित विकासवाद के सिद्धान्त पर आधारित है । विकासवाद के अनुसार प्राणी की मानसिक या शारीरिक क्रियाओं के पीछे कोई-न-कोई प्रयोजन अवश्य रहता है । प्राणी अपने सारे कार्य किसी प्रयोजन की पूर्ति के लिए ही करता है । विकासवाद से प्रभावित होकर विलियम जेम्स आदि मनोविज्ञानियों ने मानसिक क्रियाओं के अध्ययन में उनके कार्य-पक्ष की ओर अधिक ध्यान दिया ।

कार्यवादियों के अनुसार मनुष्य की मानसिक क्रियाओं का उद्देश्य उसकी आवश्यकताओं को पूरा करने के प्रयोजन से हुआ है । अन्य प्राणियों का परिवेश मनुष्य के परिवेश की भाँति जटिल नहीं होता इसलिए उनकी मानसिक क्रियाओं में भी जटिलता नहीं होती । मनुष्य का परिवेश जटिल होता है और उस जटिल परिवेशजन्य आवश्यकताओं को पूरा करने के प्रयोजन से मनुष्य की मानसिक क्रियाएँ भी जटिल और उच्च स्तर की होती हैं । कार्यवाद के अनुसार मनोविज्ञान को मानसिक क्रियाएँ क्या हैं ? इसका अध्ययन न कर प्राणी के जीवन में उनके कार्य (function) के महत्व का अध्ययन करना चाहिये ।

(५) मनोविश्लेषण (Psycho-analysis)—मानसिक क्रियाओं के कार्य-पक्ष को मनोविश्लेषण से और भी अधिक बल मिला । मनोविश्लेषण आधुनिक मनोविज्ञान की एक प्रमुख शाखा है । उसके द्वारा मन का विश्लेषण करके और उसकी गहराई तक पहुँचकर मानसिक क्रियाओं पर प्रभाव डालने वाली बातों का उद्गम समझने में अपूर्व सहायता और सफलता मिली है । मनोविश्लेषण का विचार मनोविज्ञान में कैसे आया, इसके पीछे एक बड़ी रोचक कहानी है ।

मनोविश्लेषण का उदय मनोविज्ञान की समस्याओं से न होकर औषधि के क्षेत्र से हुआ । इसकी कहानी सम्मोहन-यानी हिप्नोटिज्म (कृत्रिम साधनों से नींद की तरह लाई गई एक अवस्था जिसमें विषय बाहरी संकेतों पर अमल करता है) की कहानी से सम्बन्धित है, जिसकी ओर सन् १७८० में मेस्मर नामक व्यक्ति ने, जिसके नाम से मेस्मेरिज्म प्रचलित है, विज्ञानियों का ध्यान आकर्षित किया था । मेस्मर को अपनी चिकित्सा के नये तरीकों के कारण जो रूढ़िगत परम्परा से अलग थे, वियना से निकाल दिया गया था । वह सन् १७७८ में पेरिस गया । वहाँ वह हेल और गासनर के सम्पर्क में आया । हेल चुम्बकीय स्टील के टुकड़ों को शरीर पर रखकर और गासनर रोगग्रस्त भाग पर हाथ फेर कर उपचार करता था ।

उनके प्रयोगों को देखकर मेस्मर ने यह सिद्धान्त बनाया कि शरीर का संचालन नसे करती है और नसों में एक तरल पदार्थ होता है । उस तरल पदार्थ की प्रकृति चुम्बकीय होती है, इसलिये जब चुम्बकीय स्टील के टुकड़े शरीर पर फेरे जाते हैं तो वे तरल पदार्थ का प्रवाह ठीक दिशा में कर देते हैं जिससे शरीर का विकार दूर हो जाता है ।

मेस्मर इस सिद्धान्त को ठोस रूप नहीं दे पाया था कि फ्रान्स की क्रान्ति छिड़ गई जिससे उसे स्विट्जरलैण्ड चला जाना पड़ा और वही उसकी मृत्यु हो गई ।

लेकिन विज्ञानियों ने मेस्मर के सिद्धान्त को नहीं अपनाया । तरल पदार्थ के अनुमान की जगह रोग-निदान का असली कारण रोगी की मनोस्थिति में कुछ परिवर्तनों को समझा जाने लगा । तत्पश्चात् हिप्नोटिज्म या सम्मोहन चीर-फाड़ इत्यादि के लिये भी काम में लाया जाने लगा । सम्मोहन में रोगी को किसी चमकीली वस्तु को बराबर देखते रहने को कहा जाता है । थोड़ी देर में उसकी आँखें थक जाती हैं और उसे नींद-सी मालूम होने लगती है । इसी बीच चिकित्सक उसकी पलकों पर हाथ फेरता रहता है और कहता जाता है कि “तुम्हें नींद आ रही है ।”

बाद में सम्मोहन द्वारा रोग-उपचार करने के लिए नान्सी में डाक्टर बर्नहाइम और पेरिस में शारको ने चिकित्सालय भी खोले। शारको ने देखा कि सम्मोहित करने के बाद रोगियों को हिस्टीरिया (एक रोग-विशेष जिसमें रोगी कभी हँसता और कभी चिल्लाता है और गले में घुटन सी अनुभव करता है) के दौरे आने लगते हैं। बाद में शारको ने सम्मोहन को हिस्टीरिया के समझने और उसको दूर करने के लिए इस्तेमाल किया।

इन्हीं दिनों पियरे जैने नामक पेरिस निवासी मन की अचेतन क्रियाओं का अध्ययन कर रहा था। १८६० से वह न्यूरोसिस (मानसिक दुविधाओं के कारण इच्छा-और क्रिया-शक्ति को जीवन की कठिनाइयाँ दूर करने में पर्याप्त प्रेरणा न मिलना) के अध्ययन और उसके उपचार के तरीके को खोजने में बड़ी तत्परता से लगा हुआ था। उसने शारको के तरीके को उन्नत किया और यह पता चलाया कि सम्मोहन की अवस्था में हिस्टीरिया का रोगी उन बातों को याद कर लेता है जो उसे जाग्रतावस्था में भूली रहती है। जैने की यह खोज मनोविश्लेषण की वह बुनियाद थी जिस पर आगे चल कर फ्रायड ने अपने युगान्तरकारी सिद्धान्तों का निर्माण किया।

जिग्मुन्ट फ्रायड का जन्म जेकोस्लोवाकिया में १८५६ में हुआ था लेकिन वह बचपन से ही वियना में रहने लगा था। विश्वविद्यालय में उसने चिकित्सा की शिक्षा पाई थी। शारको का नाम सुनकर वह १८८५ में पेरिस गया और वहाँ उसने एक वर्ष शारको के साथ रहकर अध्ययन किया। वह शारको की प्रणाली से बहुत प्रभावित हुआ। एक दिन उसने शारको को यह कहते हुए सुना कि सेक्सीय (sexual) जीवन की ही कोई अडचन न्यूरोसिस का आधार होती है। फ्रायड को शारको के यह शब्द लग गए और आगे चलकर सिद्ध हुए।

वियना लौटने पर फ्रायड ने चिकित्सा को अपनाया। उसने शारको की प्रणाली का ही प्रयोग किया। इसमें उसने एक कठिनाई यह पाई कि बहुत से न्यूरोटिक रोगी सम्मोहित या हिप्नोटाइज नहीं हो पाते थे और कई सम्मोहन द्वारा अच्छे भी नहीं हो पाते थे। ऐसा भी होता था कि सम्मोहन द्वारा उपचार से पहले तो रोग के चिह्न मिट जाते थे लेकिन कुछ समय बाद दूसरे रोग के चिह्न प्रकट होने लगते थे।

इसी समय फ्रायड की भेंट वियना के जोसेफ ब्रायर नामक व्यक्ति से हुई जो शरीर-विज्ञान के क्षेत्र से हटकर औषधि के क्षेत्र में काम कर रहा था। फ्रायड और ब्रायर ने मिलकर न्यूरोसिस का अध्ययन शुरू किया।

ब्रायर के पास इक्कीस वर्ष की एक लड़की का केस आया। लड़की मेधावी थी किन्तु दो वर्ष की बीमारी से उसे बहुत से शारीरिक और मानसिक विकार हो गए थे। वह अपनी आँखों को कठिनता से घुमा फिरा सकती थी। उसकी ज्ञानेन्द्रियों की शक्ति भी दुर्बल हो चली थी। वह अपना सिर नहीं सँभाल पाती थी और प्यास लगने पर भी कई हफ्तों तक पानी नहीं पी सकती थी। वह अपनी भाषा भी भूलती जा रही थी। उसकी हालत शून्य-सी हो गई थी। डाक्टर ब्रायर ने शक्तिभर उसे अपनी सहानुभूति और सहायता पहुँचाने की कोशिश की। लड़की अपनी शून्यावस्था में कुछ बड़बडाती-सी रहती थी। ब्रायर ने उसके शब्दों को समझने की कोशिश की और लड़की को सम्मोहित करके बार-बार उन्हीं शब्दों को दुहराया जिससे उन शब्दों से सम्बन्धित कुछ बातें पता चल सकें। लड़की का बड़बडाना रोग-शय्या के पास बैठी हुई किसी लड़की की कवित्वपूर्ण कृष्ण कल्पनाएँ और आकाश्याएँ हुआ करती थी। अपनी इन कल्पनाओं को कह चुकने के बाद वह कुछ स्वस्थ हो जाती थी। लेकिन कुछ देर बाद उसकी शून्यावस्था फिर लौट आती थी और उसका उपचार फिर उसी भाँति किया जाता था।

डाक्टर को अब यह सूझा कि सम्मोहन द्वारा लड़की से मन के उद्गार निकलवा देने पर उसके मन के तनाव को नष्ट कर उसको अच्छा करने के लिए बहुत कुछ किया जा सकता है। एक बार सड़ी गर्मी पड़ रही थी। लड़की को बहुत तेज प्यास लगी हुई थी। किंतु पानी देने पर वह गिलास जमीन पर फेंक देती थी। प्यास बुझाने के लिए उसको केवल फलों का ही सहारा लेना पड़ता था। एक दिन वह सम्मोहन की अवस्था में कुछ बड़बडा रही थी। पता चला कि उसकी एक आया थी जिससे वह घृणा करती थी। उस आया का एक कुत्ता भी था जिससे वह और भी घृणा करती थी। एक दिन उसने उस कुत्ते को गिलास से पानी पीते देखा था। सम्मोहन की अवस्था में इस घटना को कह डालने के बाद उसने पानी माँगा और बहुत-सा पी गई। गिलास से पानी न पी सकने का कारण कुत्ते के प्रति उसकी मानसिक घृणा थी। उस दबी हुई घृणा का दबाव कम हो जाने पर ही वह गिलास से पानी पी सकी। सम्मोहन से जागने पर उसने अपने ओठों पर पानी का गिलास लगा पाया। इसके बाद से उसकी पानी न पी सकने की कठिनाई बिल्कुल दूर हो गई। इससे ब्रायर और फ्रायट को यह अनुभव हुआ कि सम्मोहन की अवस्था में स्वतन्त्रतापूर्वक अपनी रागात्मक (affective) कठिनाइयों को केवल कह डालने भर से ही रोगी को बहुत आराम मिलता है। लोकलाज और सामाजिक भय के कारण हम अपने मन के बहुत से उद्गार नहीं निकाल पाते और वे दबकर मन का अचेतन (Unconscious) भाग बन जाते हैं।

अचेतन मन में हमारी दबी हुई हसरते और सेक्स सम्बन्धी बातें रहती हैं। जाग्रतावस्था में तो हम उन्हें भूले रहते हैं लेकिन सम्मोहन की अवस्था में वे हमें याद हो आती हैं।

‘स्वतन्त्र-कथन’ द्वारा रोग की प्रारम्भिक अवस्थाएँ जानने से उसका उद्गम और कारण मालूम होने लगा। लेकिन इस प्रणाली में चिकित्सक की सहानुभूति के परिणाम-स्वरूप रोगी चिकित्सक की ओर आकर्षित होकर उससे रागात्मक सम्बन्ध जोड़ लेता था। त्रायर के व्यक्तिगत जीवन में ऐसी ही घटना हुई जिससे उसने ‘स्वतन्त्र-कथन’ की प्रणाली को छोड़ दिया। लेकिन फ्रायट उसका प्रयोग करता रहा और उसका यह विश्वास कि हिस्टीरिया रोग सेक्सीय कठिनाइयों के कारण ही होता है दिन-प्रतिदिन पक्का होता गया।

बाद में फ्रायट ने सम्मोहन छोड़कर ‘स्वतन्त्र-कथन’ की प्रणाली को ही अपनाया। लेकिन रोगी को स्वतन्त्र-कथन में बाधा पड़ती थी। वह या तो आगे सोच नहीं पाता था या ऐसी बातें सोचता था जो कहने योग्य नहीं होती थी। अनुभव के बाद फ्रायट ने स्वतन्त्र-कथन की बाधाओं को बड़ा महत्वपूर्ण समझा। सेक्स सम्बन्धी मामलों में वे बाधाएँ स्पष्ट थीं। दुविधाओं के कारण मन में भयंकर अन्तर्द्वन्द्व होता रहता है जिससे बहुत सी शक्ति व्यर्थ ही नष्ट हो जाती है और उसका प्रभाव शरीर पर पड़ता है। मनोविश्लेषण फ्रायट का उन्हीं मानसिक द्वन्द्वों को हटाने का प्रयत्न है जिससे मानसिक जीवन स्वस्थ, सतुलित और प्रकृत (normal) रह सके। मानसिक स्वस्थता पर ही शरीर की स्वस्थता निर्भर है।

स्वतन्त्र कथन की प्रणाली में बहुत समय लगता था। फ्रायट चाहता था कि किसी प्रकार जल्द से जल्द अचेतन मन तक पहुँचा जा सके। यह बात उसने स्वप्नों के विश्लेषण में पाई। फ्रायट के पहले स्वप्नों का कोई विधिवत् अध्ययन नहीं हुआ था। स्वप्न या तो दैवी माने जाते थे या किसी आकस्मिक घटना के सूचक। लेकिन फ्रायट ने स्वप्नों को इच्छापूर्ति का प्रतीक (symbol) बताया। लोकलाज और समाज-भय से हमारी जो इच्छाएँ जाग्रति में पूरी नहीं हो पाती उनकी पूर्ति स्वप्न द्वारा होती है। स्वप्न-सम्बन्धी अपनी खोजों को फ्रायट ने जर्मन भाषा में सन् १९०० में पुस्तकाकार प्रकाशित कराकर सभ्यता के दो हजार वर्षों के भार से दबी हुई मानव-जाति के मन का रहस्योद्घाटन किया।

फ्रायड और उसके अनेक अनुयायियों की खोजों से अचेतन मन को जानने के रूप में मानसिक क्रियाओं के अध्ययन को न केवल एक नयी दिशा ही

मिली वरन् स्वतन्त्र-कथन और स्वप्न-विश्लेषण के रूप में मन की गत्यात्मक प्रवृत्तियों को समझ सकने की एक मौलिक अध्ययन-प्रणाली भी मिली। यो तो मनोविश्लेषण के सैद्धान्तिक पक्षों में अनेक संशोधन और सुधार होते रहे हैं और हो रहे हैं किन्तु अत्यधिक विवाद-ग्रस्त होने पर भी मनोविश्लेषण के मूल सिद्धान्त निर्विवाद हैं और उनसे मानसिक क्रियाओं पर जो नया प्रकाश पड़ा है वह मनोविज्ञान की स्थायी निधि है।

(६) हॉर्मिक (Hormic) मनोविज्ञान—मन के कार्य-पक्ष की हामी भरते हुए हॉर्मिक मनोविज्ञान के जन्मदाता विलियम म्कडूगल ने फ्रायट की भाँति ही मन की गत्यात्मक प्रवृत्तियों का मूल समझने पर जोर डाला। हॉर्मिक शब्द यूनानी भाषा के हॉर्मी (Horme) शब्द से बना है जिसका अर्थ है प्रेरक या प्रेरणा देने वाला। अतएव म्कडूगल के अनुसार मनोविज्ञान का उद्देश्य मानसिक क्रियाओं के प्रेरकों का अध्ययन होना चाहिए। मनोविश्लेषण के विपरीत म्कडूगल मानसिक क्रियाओं का प्रेरक अचेतन मन को न मानकर कुछ मूल प्रवृत्तियों (Instincts) को मानता है। उसके अनुसार “प्राणियों का निर्माण इस प्रकार से हुआ है कि वे अपनी आवश्यकताओं को पूरा करने के लिए स्वभावतः कुछ लक्ष्यों को पाने का प्रयत्न करते हैं। प्राणी की आवश्यकताएँ और उनको पूरा करने वाले लक्ष्यों को प्राप्त करने की प्रवृत्तियाँ प्राणी में जन्मजात होती हैं इसलिए उन्हें मूल प्रवृत्तियाँ (Instincts) कहा जाता है। हॉर्मिक मनोविज्ञान के अनुसार अन्य प्राणियों की भाँति मनुष्य भी अपनी कुछ प्रवृत्तियाँ आनुवंशिक रूप से प्राप्त करता है जो उसकी आवश्यकताओं को पूरा करने के लक्ष्य को पाने के लिए किए गए सारे प्रयत्नों का आधार होती हैं।” दूसरे शब्दों में मनुष्य अपनी आवश्यकताओं को पूरा करने के लिए जो कुछ भी करता है वह उसकी मूल प्रवृत्तियों का स्वाभाविक लक्ष्य होता है और मानसिक क्रियाएँ उस लक्ष्य को पाने में सहायक होती हैं।

इस प्रकार म्कडूगल मानसिक क्रियाओं को मूल प्रवृत्तियों का सेवक बना देता है। हॉर्मिक मनोविज्ञान के अनुसार प्राणी की सारी मानसिक क्रियाओं की गत्यात्मक प्रवृत्ति मूलप्रवृत्तियों द्वारा निर्धारित होती है। म्कडूगल की यह मान्यता अतिरिक्त है। मूल-प्रवृत्तियाँ लक्ष्यों को सदा निर्धारित नहीं करती और न सारे व्यवहार की मूल प्रेरक होती हैं। मन कभी-कभी मूल-प्रवृत्तियों का पथ-प्रदर्शन करता है और उन पर निधन रखता है। मनुष्य का व्यवहार केवल मूल-प्रवृत्तियों से ही निर्धारित नहीं होता, वह उसकी अर्जित कुशलताओं, चिंतन, कल्पना आदि से भी निर्धारित होता है। सामाजिक प्राणी होने से मनुष्य को बहुत-कुछ सीखना पड़ता है जिससे उसकी

बहुत सी मूल प्रवृत्तियों में संशोधन हो जाता है और वे उसके सोच विचार के अनुशासन में काम करती हैं।

(७) व्यवहारवाद (Behaviourism)—मन के विषय में विभिन्न धारणाओं से असन्तुष्ट होकर व्यवहारवाद के जन्मदाता वाटसन ने मनोविज्ञान को मन का विज्ञान न मानकर व्यवहार का विज्ञान माना। मन का निरीक्षण नहीं किया जा सकता और वाटसन के अनुसार जिसका निरीक्षण और परीक्षण न हो सके उसे विज्ञान नहीं कहा जा सकता। हम मनुष्य के मन को न देखकर उसके व्यवहार को ही देख पाते हैं और व्यवहार का वैज्ञानिक निरीक्षण और परीक्षण भी किया जा सकता है। व्यवहार-परिवेश के प्रति प्राणी की सारी शारीरिक क्रिया होती है। मनुष्य अपने परिवेश के प्रति व्यवहारों का समूह-मात्र ही होता है। अतएव वाटसन मनोविज्ञान को उत्तेजनाओं-प्रतिक्रियाओं के अध्ययन तक ही सीमित कर व्यवहार को समझने के लिये अनुभव, चेतनता और अन्तर्निरीक्षण द्वारा प्राप्त सामग्री आदि को कोई स्थान नहीं देता। हार्मिक दृष्टिकोण के विपरीत व्यवहारवाद व्यवहार का प्रेरक मूलप्रवृत्तियों को न मानकर परिवेश को मानता है।

मनोविज्ञान में अनुभव को कोई स्थान न देकर वाटसन ने यह देखने की उपेक्षा की कि व्यवहार अनुभव का ही प्रकाश होता है। व्यवहार प्राणी के अर्थपूर्ण अनुभव को प्रदर्शित करता है। मनुष्यों की अपनी शैलियाँ होती हैं। वे शैलियाँ परिवेश में अपनी ही विचित्र प्रतिक्रियाओं से निर्धारित होती हैं। मनुष्य अपने परिवेश का कठपुतला ही नहीं होता, वह व्यवहार द्वारा परिवेश को रूपान्तरित भी करता है। उत्तेजनाओं और प्रतिक्रियाओं के अध्ययन-मात्र से ही व्यवहार की समीचीन व्याख्या नहीं हो सकती।

(८) गेस्टाल्ट (Gestalt) मनोविज्ञान—रचनावादी (Structuralism) दृष्टिकोण के प्रवर्तक ऊन्ट ने अनुभव को विभिन्न सवेदनो के अवयवों (parts) से मिलकर बनने वाली एक अवयवी (whole) माना था और मनोविज्ञान का उद्देश्य अनुभव के अवयवों का विश्लेषण और उनसे मिलकर बनने वाली अवयवी के संयोग के नियमों का अध्ययन बताया था। गेस्टाल्ट मनोविज्ञान का उदय ऊन्ट के मत के विरोध का परिणाम था। गेस्टाल्टवादी दृष्टिकोण ने ऊन्ट के रचनावादी दृष्टिकोण को 'ईंट और गारे' का मनोविज्ञान कहा जो 'ईंटो' (अनुभव के अवयवों) पर अधिक जोर देता है। गेस्टाल्टवाद प्रत्येक अनुभव को एक गेस्टाल्ट मानता है जिसका रूप उसके अवयवों के विश्लेषण से नहीं समझा जा सकता। गेस्टाल्ट जर्मन भाषा का शब्द है जिसका अर्थ है समष्टि या अवयवी (whole)। गेस्टाल्टवाद के

अनुसार गति, आकृति और अन्य विशेषताओं के अनुभव की व्याख्या उत्तेजना-प्रतिक्रिया या साहचर्य (association) के नियमों से नहीं की जा सकती। उनका अनुभव एक समष्टि या अवयवी होता है। नारंगी का अनुभव एक गेस्टाल्ट है जिसे रंग, आकृति, गोलाई, मोटाई आदि अवयवों के विश्लेषण से नहीं जाना जा सकता। अवयवी (whole) अपने अवयवों (parts) के योग से विशिष्ट होती है। नारंगी का अनुभव उसके अवयवों, रंग, आकृति आदि, के योग से विशिष्ट होता है और उसका विश्लेषण उसके रूप की विशिष्टता को नष्ट कर देता है। इसी प्रकार सारा अनुभव एक गेस्टाल्ट होता है और उसे समझने के लिए उसका अध्ययन उसके गेस्टाल्ट रूप में ही किया जाना चाहिए।

गेस्टाल्टवादी दृष्टिकोण के प्रमुख समर्थक वेयरटाइमर, कीलर, किपका और कुर्ट लेविन हैं। उनके अनुसार मनुष्य का अनुभव व्यवहार में संयुक्त हो जाने वाले अवयवों (संवेदनो) द्वारा निर्मित नहीं होता। मनुष्य की मानसिक रचना में एक जन्मजात पूर्वव्यवस्था अन्तर्निहित होती है जिसके अनुसार ही वह परिवेश से अपने व्यवहार को व्यवस्थित करता है। मानवी व्यवहार को गेस्टाल्टवादी 'रिक्ति-पूर्ति' (filling the gap) के नियम से समझाते हैं। उनके अनुसार रिक्ति-पूर्ति करना मन की रचना का स्वाभाविक परिणाम है। रिक्त अनियमित आकृति देखने पर मन में असंतुलित तनाव (unbalanced tension) उत्पन्न हो जाता है और रिक्ति-पूर्ति के बाद मन का संतुलन फिर स्थापित हो जाता है। अनुभव स्वभावतः ही मन के संतुलन की दिशा में होता है। एक उदाहरण लीजिए। आप अपनी जेब में एक पत्र पोस्टबाक्स में छोड़ देने के उद्देश्य से रखते हैं। पत्र को जेब में रखते समय आपके व्यवहार में एक रिक्ति (gap) उत्पन्न हो जाती है जिससे आपके गत्यात्मक प्रवन्ध (Dynamic system) में असंतुलन आ जाता है। उस गत्यात्मक असंतुलन से वाध्य होकर जब आप पत्र पोस्टबाक्स में छोड़ देते हैं तो संतुलन फिर स्थापित हो जाता है। इस प्रकार हमारा सारा अनुभव और व्यवहार गत्यात्मक प्रवन्ध में उत्पन्न होने वाले तनावों का शमन होता है।

अनुभव और व्यवहार का अध्ययन गेस्टाल्ट दृष्टिकोण से करके गेस्टाल्टवाद ने मनोविज्ञान को एक नयी दिशा तो दी किंतु उसने गेस्टाल्टों के स्वरूप की व्याख्या करने का कोई प्रयत्न नहीं किया और मनुष्य की गत्यात्मक प्रवृत्ति और लक्ष्य-प्राप्ति के प्रयत्न का उसके अनुभव के गेस्टाल्टों पर क्या प्रभाव पड़ता है इसको भी स्पष्ट नहीं किया। नारंगी को बच्चा पहली नजर में गेंद और स्त्री लाल ऊन का गोला क्यों समझ बैठती है? अवश्य ही

अपनी गत्यात्मक प्रवृत्ति के कारण । दूसरे, विश्लेषण का एकदम वहिष्कार कर देना भी ठीक नहीं है । वैज्ञानिक अध्ययन में विश्लेषण का महत्व होता है और विश्लेषण न करने पर तथ्यों की व्याख्या अनर्गल बन सकती है ।

मनोविज्ञान का आधुनिक रूप

मनोविज्ञान के उपर्युक्त प्राचीन रूपों में मनुष्य के मन की क्रियाओं का अध्ययन अनुदारतापूर्ण एकांगी दृष्टिकोण से किया गया मिलता है । आधुनिक मनोविज्ञान मानसिक क्रियाओं की जटिलता को स्वीकार करते हुए उनके अध्ययन के लिए किसी एकांगी दृष्टिकोण को नहीं अपनाता । वह मनुष्य के मन को समझने और उसकी क्रियाओं की व्याख्या करने के लिए उन सब मान्यताओं को स्वीकार करता है जिनसे मानसिक क्रियाओं की समीचीन व्याख्या हो सके । इस प्रकार आधुनिक मनोविज्ञान किसी निश्चित दृष्टिकोण का समर्थन न कर सर्वांगी दृष्टिकोण अपनाता है । चूँकि मनुष्य की मानसिक क्रियाओं का प्रदर्शन उसके व्यवहार में होता है इसलिए आधुनिक मनोविज्ञान मानसिक क्रियाओं का अध्ययन व्यवहार के प्रसंग में करता है । किन्तु व्यवहारवाद (Behaviourism) के विपरीत आधुनिक मनोविज्ञान व्यवहार की जटिलता की व्याख्या करने के लिए उत्तेजना-प्रतिक्रिया के अतिरिक्त मनुष्य के अनुभव के अध्ययन को भी उचित स्थान देता है और यही उसका व्यवहारवाद से प्रमुख भेद है ।

ससार के प्रत्येक प्राणी को व्यवहार करना पड़ता है । प्राणी के सामने कुछ ऐसी आवश्यकताएँ और समस्याएँ होती हैं जिनको पूरा करने और सुलझाने के लिए वह अपने व्यवहार द्वारा निरन्तर प्रयत्न करता रहता है । अन्य प्राणियों की भाँति मनुष्य का भी सारा व्यवहार आवश्यकताओं को पूरा करने और अपनी समस्याओं को सुलझाने का एक अविकल प्रयत्न है । मनुष्य की सम्यता का इतिहास विभिन्न उत्तेजनाओं के प्रति की गई प्रतिक्रियाओं की ही एक लम्बी कहानी है ।

व्यवहार के अध्ययन के विभिन्न प्रसंग

व्यवहार का अध्ययन अनेक प्रसंगों में किया जा सकता है । मनुष्य सामाजिक प्राणी है और सामाजिक प्राणी होने के नाते वह समाज के अन्य व्यक्तियों से सम्पर्क रखता है और सामाजिक आवश्यकताओं के अनुरूप व्यवहार करता है । सामाजिक व्यवहार में मनुष्य की अपनी आवश्यकताएँ और समस्याएँ उतनी प्रमुख नहीं रहती जितनी कि उसकी सामाजिक आवश्यकताएँ और समस्याएँ । मनुष्य समाज के प्रसंग में किस तरह व्यवहार करता है ? सामाजिक व्यवहार की उत्पत्ति और उसका विकास कैसे होता है ?

किसी समाज की मानसिक विशेषताएँ क्या होती हैं ? समाज का प्रभाव लोगो पर कैसे और किस रूप में पड़ता है ? इन बातों का अध्ययन समाजशास्त्र (Sociology) में किया जाता है । समाजशास्त्र विभिन्न देशों, जातियों और लोगो की परम्पराओं, प्रथाओं, जीवन-शैलियों और रुचियों का अध्ययन करता है । समाजशास्त्र इस बात का ज्ञान कराता है कि समाज के साँचे में ढलकर मनुष्य जो कुछ है वह कैसे और क्यों बन जाता है ।

व्यवहार शरीर के माध्यम द्वारा ही होता है इसलिए व्यवहार का अध्ययन शारीरिक प्रसंग में भी किया जा सकता है । शरीर और उसके विभिन्न अंगों का निर्माण और विकास कैसे होता है ? विभिन्न शारीरिक अंगों के काम क्या हैं और वे उन कामों को कैसे करते हैं ? अंगों को काम करने के लिए शक्ति कहाँ से और कैसे मिलती है ? व्यवहार करते समय प्राणी की शारीरिक स्थिति क्या होती है ? शारीरिक स्थिति का व्यवहार पर कैसा प्रभाव पड़ता है और व्यवहार और शारीरिक स्थिति में क्या सम्बन्ध है ? इन बातों का अध्ययन शरीर-विज्ञान (Physiology) में किया जाता है ।

व्यवहार का अध्ययन व्यवहार में सन्निहित आदर्शों के प्रसंग में भी किया जा सकता है । मनुष्य प्रकृति का एक अविभाज्य अंग और प्राकृतिक उद्देश्यों का अन्धानुसरण करने वाला प्राणी ही नहीं है । उसे प्रकृति का अंग होने और प्राकृतिक नियमों द्वारा शासित होने की चेतनता और अपने और अपनी परिस्थितियों के बीच के सम्बन्ध का ज्ञान भी होता है । इस ज्ञान के आधार पर वह अपने कर्मों पर निर्णय देता है, उनको शोभन और अशोभन, उचित और अनुचित ठहराता है । मानवी व्यवहार की परख और मूल्यांकन किसी आदर्श या मापदण्ड की तुलना में किया जा सकता है । शोभन और अशोभन क्या हैं ? उचित और अनुचित क्या हैं ? मानवी व्यवहार में व्याप्त आदर्श क्या हैं ? उनका उच्चतम रूप क्या है ? इन बातों का विवेचन नीतिशास्त्र (Ethics) में किया जाता है । नीतिशास्त्र में व्यवहार के स्वाभाविक रूप का अध्ययन नहीं किया जाता बल्कि व्यवहार को होना कैसा चाहिए यह देखा जाता है । नीतिशास्त्र मानवी व्यवहार को किसी आदर्श के अनुसरण के रूप में देखता है और व्यवहार का मान निरूपित करता है । नीतिशास्त्र मनुष्य और प्रकृति के अगाधिभाव सम्बन्ध को देखने से ही सन्तुष्ट नहीं होता, वह मनुष्य को इस सम्बन्ध के जानने वाले के रूप में भी देखता है । नीतिशास्त्र व्यवहार का नैतिक मूल्यांकन करता है ।

प्राणी को उसके व्यवहार द्वारा ही समझा जा सकता है। व्यवहार का सबसे साधारण रूप दो व्यक्तियों के आपसी सम्बन्ध में मिलता है। सुखमय दाम्पत्य या पारिवारिक जीवन दो व्यक्तियों के सतुलित सम्बन्ध पर ही निर्भर होता है। सतुलित सम्बन्ध के अभाव में पति-पत्नी में, पिता-पुत्र में तरह-तरह के पारिवारिक झगड़े होते रहते हैं। घर में या घर के बाहर मनुष्य की सफलता और सुख बहुत बड़ी सीमा तक उसकी अन्य व्यक्तियों से सतुलित व्यवहार कर सकने की क्षमता की अपेक्षा रखते हैं।

व्यक्तिगत जीवन के अतिरिक्त मनुष्य को सामूहिक जीवन भी बिताना पड़ता है। घर से निकल कर सड़क पर आते ही मनुष्य का व्यक्तिगत जीवन समाप्त होकर उसका सामूहिक जीवन प्रारम्भ हो जाता है। अपनी विरादरी में, अपने विद्यालय में, अपने राजनीतिक सम्प्रदाय में मनुष्य का जीवन सामूहिक होता है। सामूहिक जीवन में सफल होने और सतुलित सम्बन्ध बनाए रखने के लिए मनुष्य को अपने समूह का साथ और सहयोग देना चाहिए। बन्दीघर ऐसे व्यक्तियों के उदाहरण हैं जो अपने समूह से सफल सम्बन्ध स्थापित नहीं रख पाते।

हर समूह का अन्य समूहों से भी सम्बन्ध होता है और समूह-समूह में भी संतुलन की समस्याएँ रहती हैं। जब दो समूहों का संतुलन और सम्बन्ध सफल नहीं रह पाता तो युद्ध के बादल मँडराने लगते हैं। यही नहीं, बहुत से राष्ट्रीय झगड़े तो विभिन्न राजनीतिक सम्प्रदायों की आपसी अशांति के कारण होते रहते हैं। मजदूर और पूँजीवादी वर्ग का संघर्ष, साम्यवादियों असाध्यवादियों और रूढ़िवादियों के राजनीतिक कलह, हिन्दुस्तान और पाकिस्तान की अन्यमनस्कता दो समूहों के असंतुलित संबंधों का ही परिणाम है। मनोविज्ञानियों का विश्वास है कि समूहों के असंतुलित सम्बन्धों का हल उसी प्रकार किया जा सकता है जिस प्रकार व्यक्ति के असंतुलित सम्बन्धों का किया जाता है।

मनुष्य की सुख-समृद्धि मनुष्य-मनुष्य और मनुष्य-समूह के सफल सम्बन्ध के अतिरिक्त भौतिक जगत के नियन्त्रण पर भी आधारित होती है। भौतिक जगत में होने वाले परिवर्तनों से मनुष्य के मानसिक दृष्टिकोण का भी परिवर्तन होता है और उसकी समस्याओं का रूप बदल जाता है। हमारी आज की समस्याएँ वैदिक काल के लोगों की समस्याओं से अलग हैं क्योंकि हम स्वयं वैज्ञानिक युग के प्राणी होने के कारण उन लोगों के मानसिक दृष्टिकोण से बहुत दूर हट चुके हैं। बीसवीं शताब्दी में व्यक्ति की सफलता और सुख इसी बात में है कि वह प्राचीनता का ढोल बजाना बन्द कर वैज्ञानिक युग के भौतिक

परिवेश के प्रत्येक परिवर्तन से अपना समुचित सतुलन कर अपने मानसिक दृष्कोण को बदल डाले ।

मनोविज्ञान के अध्ययन का विषय

मनोविज्ञान इन विभिन्न मानवी सम्बन्धों पर निर्भर मानवी व्यवहार-विभिन्नता के हर पक्ष के पीछे मनुष्य की क्षमताओं, योग्यताओं, उद्देश्यों, भावों और क्रियाओं का अध्ययन करता है और मनुष्य की व्यवहार विभिन्नता को समझने, उसकी व्याख्या करने और उसे वाछनीय दिशा की ओर अग्रसर कर नियंत्रित कर सकने की कोशिश करता है । मनोविज्ञान में मनुष्य को प्रधानतया एक प्रतिक्रियात्मक प्राणी मानकर विभिन्न उत्तेजनाओं के प्रति की गई उसकी प्रतिक्रियाओं का अध्ययन किया जाता है ।

हर प्राणी का व्यवहार उत्तेजना और प्रतिक्रिया से निर्मित होता है । अतएव प्राणी के व्यवहार को समझने के लिए उसकी उत्तेजनाओं और प्रतिक्रियाओं को उसके परिवेश के प्रसंग में जानना पड़ता है । प्राणी का संतुलन बाह्य शक्तियों द्वारा प्रतिक्षण नष्ट होता रहता है और वह अपनी प्रतिक्रियाओं द्वारा निरन्तर नया संतुलन स्थापित करने का प्रयत्न करता रहता है । संतुलन स्थापित करने के प्रयत्न में प्राणी के सभी अंग क्रिया करते हैं और उनकी क्रिया असम्बद्ध न होकर एक सगठित इकाई होती है । विभिन्न अंगों की क्रियाओं का सगठन मनस् (Mind) द्वारा होता है, इसलिए विभिन्न अंगों की क्रियाओं के सगठन को मानसिक क्रिया कहा जा सकता है । मनोविज्ञान प्राणी की मानसिक क्रियाओं का अध्ययन करता है ।

मनस् का जितना अच्छा विकास मनुष्य में हुआ है उतना ससार के अन्य प्राणियों में नहीं हुआ है इसलिए मनोविज्ञान के अध्ययन का केन्द्र मनुष्य ही है । मनोविज्ञान मनुष्य के व्यवहार का अध्ययन मनुष्य के सामाजिक, नैतिक या शारीरिक प्रसंग में न कर उसके व्यक्तिगत प्रसंग में करता है । मनुष्य समाजशास्त्र और नीतिशास्त्र के क्षेत्रों से बाहर भी अनेक तरह के व्यवहार करता है और मनोविज्ञान में मनुष्य के उन व्यवहारों के महत्व को स्वीकार कर उनका अध्ययन किया जाता है ।

मनुष्य के व्यवहार में बड़ी जटिलता होती है जिससे उसे समझने में कठिनाई पड़ती है । व्यवहार का अपेक्षाकृत सरल रूप जानवरों में मिलता है और पहले यदि व्यवहार के सरल रूप को समझ लिया जाय तो व्यवहार के जटिल और अधिक विकसित रूप को अच्छी तरह समझने में सुविधा और आसानी हो सकती है । इस दृष्टि से मनोविज्ञान में जानवरों के व्यवहार का भी अध्ययन किया जाता है किन्तु केवल एक साधन की भाँति, साध्य की भाँति नहीं । मनोविज्ञान का साध्य तो केवल मनुष्य के व्यवहार को समझना

है और उसको समझने के लिए जिन-जिन विज्ञानों से सहायता मिल सकती है मनोविज्ञान उन सब विज्ञानों की खोजों से लाभ उठता है।

मनस् क्या है ?—मनस् उत्तेजनाओं और प्रतिक्रियाओं को विभिन्न प्रकार से संगठित करता है जिससे मानवी व्यवहार में अनेकरूपता और जटिलता आ जाती है। जिन मानसिक क्रियाओं को सज्ञा, सवेदन, अवधान, कल्पना, स्मृति चिन्तन आदि नाम दिए जाते हैं वे मनस् द्वारा उत्तेजनाओं और प्रतिक्रियाओं का एक विशेष तरह से होने वाले सगठन-मात्र ही होते हैं। मनस् अपने आप में कोई विशिष्ट वस्तु न होकर प्राणी और परिवेश के बीच होने वाली क्रियाओं की सज्ञा है। मनोविज्ञान का विषय प्राणी और परिवेश के बीच होने वाली क्रियाओं के विविध प्रकार के सगठन के आधार, रूप, नियमों और उस सगठन के भेद के कारणों की खोज करना और उनको समझना है। मनो-विज्ञान में प्रयुक्त होने वाले शब्द जैसे कल्पना, स्मृति, बुद्धि, चेतनता, मनस् आदि यद्यपि सज्ञाओं की भाँति व्यवहृत किए जाते हैं किन्तु वे वास्तव में सज्ञासूचक न होकर क्रियासूचक होते हैं।

प्रकृत और अप्रकृत व्यवहार—मानवी व्यवहार के दो पक्ष होते हैं। व्यवहार द्वारा मनुष्य परिवेश से अपना संतुलन कर भी सकता है और नहीं भी कर सकता है। संतुलन स्थापित करने की दिशा में किए गए सफल व्यवहार को प्रकृत (normal) और असफल व्यवहार को अप्रकृत (abnormal) कहा जाता है। व्यवहार के प्रकृत होने का अर्थ यह है कि कोई व्यक्ति अपनी सामाजिक तथा आर्थिक समस्याओं के प्रति प्रत्याशित रूप से संतुलन स्थापित करता है और उसके संतुलन करने की चेष्टाएँ सामाजिकता के अनुकूल होती हैं। एक साल के बच्चे का काला छाता देखकर डर जाना प्रकृत व्यवहार कहा जायगा लेकिन बीस साल के आदमी का अप्रकृत। घुएँ को देखकर कोई नहीं डरता या घुएँ के प्रति उसके व्यवहार में कोई परिमाणात्मक परिवर्तन नहीं होता। किन्तु जो व्यक्ति घुएँ को देखकर डर जाता हो उस व्यक्ति के व्यवहार की अन्य व्यक्तियों के व्यवहार से कोई परिमाणात्मक तुलना नहीं की जा सकती और उसके व्यवहार को अप्रकृत कहा जाता है। अप्रकृत व्यवहार अप्रकृत रूप से होने वाले मानसिक संगठन का सूचक होता है। अप्रकृत व्यवहार में प्रकट होने वाले अप्रकृत मानसिक संगठन के अनेक कारण होते हैं जिन पर यथास्थान प्रकाश डाला जाता रहेगा।

मानसिक क्रियायें—मनोविज्ञान में स्नायु प्रबन्ध (Nervous System) का बहुत महत्त्व है। सारी मानसिक क्रियाएँ स्नायु प्रबन्ध द्वारा ही होती हैं।

सर्वसाधारण शारीरिक और मानसिक क्रियाओं में भेद करते हैं और सामान्यतः उन्हें एक दूसरे पर निर्भर नहीं मानते। उनके लिए शारीरिक क्रियाएँ वे हैं जिन्हें देखा जा सकता है और जिनमें शरीर का कोई-न-कोई अग अवश्य भाग लेता है, जैसे चलना, दौड़ना आदि। मानसिक क्रियाएँ उनके लिए वे क्रियाएँ होती हैं जिनमें शरीर का कोई अग भाग नहीं लेता। इस अर्थ में मानसिक क्रियाओं का कोई भौतिक आधार नहीं होता और वे अगोचर होती हैं।

मानसिक क्रियाओं के इस प्रचलित दृष्टिकोण के अनुसार देखना, याद रखना, कल्पना या चिंतन आदि क्रियाओं को ही मानसिक कहा जायगा क्योंकि वे अगोचर होती हैं और उनका भौतिक आधार नहीं होता। मनोविज्ञान में मानसिक क्रियाओं के इस प्रचलित सकुचित अर्थ को स्वीकार नहीं किया जाता। मनोविज्ञानी मानसिक क्रियाओं में उन क्रियाओं को भी शामिल करते हैं जिन्हें बाहर से देखा जा सकता है और जिनको करने में शरीर के किसी-न-किसी अग का भाग रहता है। इस प्रकार मनोविज्ञानी बातचीत करने, लिखने, हँसने आदि को भी मानसिक क्रियाएँ ही समझते हैं।

शारीरिक और मानसिक क्रियाओं के उपर्युक्त प्रचलित द्वैत को न मानने से मनोविज्ञान में मनुष्य को एक मनोभौतिक (Psycho-physical) प्राणी के रूप में देखा जाता है। मानसिक और शारीरिक क्रियाओं में अन्तर्सम्बन्ध होता है, अतएव मानसिक क्रियाओं के अध्ययन में शारीरिक क्रियाओं की उपेक्षा नहीं की जा सकती। मनुष्य देखने, सुनने, सोचने, याद रखने, कल्पना करने, हँसने, दौड़ने आदि मानसिक क्रियाओं द्वारा परिवेश से सम्पर्क स्थापित करता है। परिवेश से सम्पर्क स्थापित कर व्यक्ति या तो परिवेश से प्रभावित होता है या परिवेश को प्रभावित करता है। मानसिक क्रियाएँ स्नायु-प्रवन्ध (Nervous System) द्वारा की जाने वाली क्रियाएँ ही होती हैं। मनुष्य परिवेश से अपने ग्राहको द्वारा प्रभावित होता है और परिवेश को अपने प्रभावको द्वारा प्रभावित करता है। ग्राहको और प्रभावकों की क्रिया से स्वतन्त्र किसी मानसिक क्रिया को नहीं जाना जा सकता।

मानसिक क्रियाएँ ग्राहको के उत्तेजित होने पर शुरू होती हैं और प्रभावको द्वारा प्रतिक्रिया हो चुकने के बाद समाप्त होती हैं। हम किसी चीज को रख कर भूल जाते हैं। एकाएक उसकी याद आते ही हमारी मानसिक क्रियाएँ शुरू हो जाती हैं। हम उस चीज को इधर-उधर ढूँढते हैं, घरवालों से पूछते हैं कि उन्होंने तो नहीं देखी, सोचते हैं कि हमने उसे कहाँ रक्खा होगा। किन्तु जब वह चीज मिल जाती है तो उस चीज से सम्बन्धित हमारी मानसिक क्रियाएँ रुक जाती हैं। मानसिक क्रियाओं में स्नायु-प्रवन्ध के स्थान की महत्ता

का विस्तृत अध्ययन 'परिधीय और केन्द्रीय स्नायु-प्रबन्ध' के प्रसंग में किया जायगा ।

मानवी व्यवहार मनुष्य के जन्मजात, अर्जित और गत्यात्मक पक्षों से निर्धारित होता है । सामान्य परिचय के बाद अलग-अलग खण्डों में व्यवहार के निर्धारक तीनों पक्षों का विवेचन किया जायगा । उसके बाद अप्रकृत व्यवहार के कारणों, उनसे मानसिक संगठन में उत्पन्न होने वाली विचित्रता के रूपों और लक्षणों पर विचार किया जायगा ।

अध्ययन प्रणालियाँ तथा क्षेत्र

हमने मनोविज्ञान को विज्ञान कहा है। मनोविज्ञान को वैज्ञानिक रूप मिले सौ वर्ष से अधिक नहीं हुए हैं। शरीर-विज्ञान और जीव-विज्ञान (Biology) की खोजों से प्रभावित होकर ही आधुनिक मनोविज्ञान वैज्ञानिक स्तर पर प्रतिष्ठित हो सका है। किंतु अपने अवैज्ञानिक रूप में मनोविज्ञान प्राचीन विचारकों की रुचि और अध्ययन का विषय अवश्य रहा है।

प्राचीन काल में मनोविज्ञान का अध्ययन दर्शनशास्त्र के अन्तर्गत किया जाता था। दर्शनशास्त्र के मुख्य प्रश्न यह थे : मन अपने-आप में क्या होता है ? जगत मनुष्य की कल्पना का परिणाम है या उसकी कल्पना से अलग है ? जगत का ज्ञान कैसे होता है ? जगत की वस्तुओं और अन्य लोगों का अनुभव हमें कैसे होता है ? इन प्रश्नों का उत्तर यह कहकर दिया जाता था कि मनुष्य के शरीर के अन्दर कोई शक्ति होती है जो देख, सुन और याद रख सकती है। यह शक्ति शरीर के ग्राहकों (receptors) द्वारा अनुभव करती है और आवश्यकता पड़ने पर प्रभावकों (effectors) द्वारा क्रिया करती है। निश्चय ही ऐसे उत्तरो से मनुष्य अपने अनुभव और व्यवहार को समझ सकने में कोई विशेष प्रगति नहीं कर सका था।

विज्ञानों को तीन कोटियों में रखा जा सकता है। भौतिक (Physical), जैविक (Biological) और मानसिक (Mental)। भौतिक विज्ञान वस्तु जगत के पदार्थों के स्वभाव और प्राकृतिक शक्तियों के सिद्धान्तों का अध्ययन करते हैं। भौतिकी (Physics), रसायन, खगोल आदि भौतिक विज्ञान हैं। जैविक विज्ञान जीवों या प्राणियों का अध्ययन करते हैं। वनस्पतिशास्त्र (Botany), जीव विज्ञान (Biology) और शरीर विज्ञान जैविक विज्ञान हैं। मानसिक विज्ञान मानसिक क्रियाओं का अध्ययन करते हैं। मनोविज्ञान, तर्कशास्त्र, नीतिशास्त्र (Ethics) और सौन्दर्यशास्त्र (Aesthetics) मानसिक विज्ञान हैं। किन्तु मनोविज्ञान और अन्य मानसिक विज्ञानों में भेद है। तर्कशास्त्र, नीतिशास्त्र और सौन्दर्यशास्त्र नियामक (regulative) मानसिक विज्ञान हैं। वे तर्क करने, उचितानुचित में भेद करने और सौंदर्य

की अनुभूति करने के आदर्शों को निर्धारित करते हैं। किन्तु मनोविज्ञान में व्यवहार का अध्ययन व्यवहार के आदर्श निर्धारण की दृष्टि से न किया जाकर विधायक (positive) दृष्टि से किया जाता है। मनोविज्ञान में आदर्श व्यवहार का निरूपण नहीं किया जाता बल्कि वास्तविक व्यवहार में अपेक्षित मानसिक सगठन और उसकी क्रियाओं का अध्ययन किया जाता है।

विज्ञान और प्रणाली—विज्ञान में किसी विषय का विधिवत् विशिष्ट ज्ञान प्राप्त करने का प्रयत्न किया जाता है। वैज्ञानिक अध्ययन करने के लिए किसी अध्ययन प्रणाली का सहारा लिया जाता है जिससे विभिन्न वस्तुओं और घटनाओं के आपसी सम्बन्ध को समझा जा सके और उसके आधार पर कुछ सामान्य नियम बनाए जा सकें। अध्ययन के विषय को नियमित और सार्थक बनाने के लिए नियमों की खोज आवश्यक होती है। नियमों की खोज करने के लिए अध्ययन-क्षेत्र की प्रासंगिक बातों को पहले समानता और भेद के अनुसार अलग-अलग वर्गों में रखा जाता है। इसे वर्गीकरण करना कहते हैं। वर्गीकरण कर लेने के बाद किसी वर्ग के सदस्यों में जो सर्वव्यापक गुण होते हैं उनका सामान्यीकरण (generalisation) किया जाता है। सामान्यीकरण का अच्छी तरह से निर्धारण कर लेने के बाद नियम बना लिए जाते हैं। किन्तु विज्ञानी का काम केवल अपने पक्ष के मण्डन के लिए पर्याप्त प्रमाणों की खोज कर लेने तक ही सीमित नहीं होता। पक्ष का मण्डन कर लेने के बाद पक्ष का खण्डन करने वाली बातों की खोज में लगे रहना भी अत्यन्त आवश्यक होता है। विज्ञान का लक्ष्य कार्य-कारण-सम्बन्ध जानना होता है और यदि वाद का प्रतिवाद न हो सके तो विज्ञानी अपना लक्ष्य प्राप्त कर लेता है।

वैज्ञानिक अध्ययन का उद्देश्य विभिन्न चीजों के आपसी सम्बन्ध को समझना होता है। प्रत्येक वस्तु का धर्म अलग-अलग होता है और हर वस्तु का व्यवहार उसके अपने धर्म पर निर्भर होता है। वस्तुओं का धर्म किसी विशेष स्थिति में कुछ अपेक्षणीय साधनों के रहने पर ही प्रकट होता है। दूध का धर्म दही बनना है, किन्तु दूध यदि कच्चा या फटा हुआ हो तो वह दही नहीं बनेगा। अपेक्षणीय साधन (खटाई) के बिना भी दूध अपने स्वाभाविक धर्म (दही बन जाने) को प्रकट नहीं कर सकता। मनुष्य का व्यवहार भी अपेक्षणीय साधनों द्वारा अनुकूल स्थिति में ही अपने स्वाभाविक रूप में प्रकट होता है।

अन्य विज्ञानों में नियमों का अर्थ व्यवहार का नियमित होना लिया जाता है। यदि नियमों का यह अर्थ लगाया जाय तो मनोविज्ञान में कोई भी

नियम नहीं बन सकता। व्यक्तिगत विशेषताओं के कारण हर मनुष्य के व्यवहार में कुछ ऐसी विशेषताएँ होती हैं कि उनके विषय में कोई सामान्य नियम नहीं बनाया जा सकता। परन्तु फिर भी मानवी व्यवहार में जो भी प्रत्याशित समानता पाई जाती है उसके आधार पर कुछ नियम अवश्य बनाए जा सकते हैं। मनुष्य का व्यवहार आत्मनिर्धारित और विशिष्ट होते हुए भी अन्य मनुष्यों के व्यवहार से इतना विलक्षण नहीं होता कि उसके विषय में सामान्यीकरण विलकुल ही न किया जा सके।

(१) किंवदन्ति (Anecdotal) प्रणाली—वैज्ञानिक रूप मिलने तक मनोविज्ञान में किंवदन्ति प्रणाली का ही अधिक उपयोग किया जाता रहा था और किसी बात को साबित करने के लिए उससे सम्बन्धित कुछ उदाहरण प्रस्तुत कर दिए जाते थे। उन उदाहरणों को सिद्ध की जाने वाली बात का यथेष्ट प्रमाण मान लिया जाता था और उनकी वैज्ञानिक ढंग से कोई परीक्षा नहीं की जाती थी। आज भी भूत-प्रेतों की चर्चा चलने पर जब कोई व्यक्ति उनकी सत्ता सिद्ध करने के लिए अपने व्यक्तिगत अनुभवों का उदाहरण देता है तो उन्हें बिना आलोचनात्मक परीक्षा किए हुए मान लिया जाता है और सच भी समझ लिया जाता है। मनोविज्ञान में जब तक ऐसे दृष्टिकोण की प्रधानता रही थी तब तक कोई विशेष उन्नति नहीं हो सकी थी और फलतः उसे वैज्ञानिक रूप भी नहीं मिल सका था। लोगों की किंवदन्तियों पर यो ही विश्वास कर लिया जाता था। यह परीक्षा नहीं की जाती थी कि उनके किसी अनुभव में उनके अधविश्वासों और घटनाओं को गलत तरीके से देखने का कितना हाथ रहता है।

किंवदन्ति प्रणाली में अनेक कमियाँ हैं जिनके कारण इस प्रणाली द्वारा उपलब्ध होने वाली सामग्री को वैज्ञानिक रूप देने में बड़ी कठिनाई पड़ती है। पहली कमी यह है कि किंवदन्ति कहने वाले व्यक्ति की स्मृति पर पक्का विश्वास नहीं किया जा सकता क्योंकि स्मृति व्यक्ति को अनेक तरह से धोखा देती रहती है जिससे घटना का ठीक तरह से क्रमबद्ध वर्णन कर सकना बहुत ही कठिन होता है। दूसरे किंवदन्तियाँ किसी घटना की परीक्षा या व्याख्या करने के लिए नहीं बनाई जाती। वे कौतूहल-प्रधान ही होती हैं, जिज्ञासा प्रधान नहीं। किंवदन्ति कहने वाला व्यक्ति अपने और दूसरों के कौतूहल को शान्त करने के लिए अतिरजित वर्णन करता है और इस प्रकार घटना की प्रधान बातों को महत्व नहीं दे पाता। तीसरे बहुत से लोगों की अपनी कोई-न-कोई पूर्व निश्चित धारणाएँ हुआ करती हैं जिससे वे उन बातों को देख सकने में असमर्थ रहते हैं जिनसे उनकी किसी धारणा का

खण्डन हो-रहा होता है। वे केवल उन्ही बातों की ओर ध्यान देते हैं जो उनकी धारणाओं का मण्डन करती हैं।

(२) अवलोकन—मनुष्य को समझने के लिए उसके व्यवहार का अवलोकन किया जाता है। किन्तु साधारण तथा वैज्ञानिक अवलोकन में बड़ा अन्तर होता है। साधारण अवलोकन असंगठित और निरुद्देश्य होता है जबकि वैज्ञानिक अवलोकन के पीछे निश्चित उद्देश्य रहता है और उस उद्देश्य के अनुसार अवलोकन को एक संगठित रूप मिलता है।

मनुष्य की मनोवृत्तियों का प्रकाश चूँकि व्यवहार में होता है इसलिए व्यवहार का अवलोकन करके मनुष्य की मनोवृत्तियों और व्यक्ति के व्यक्तित्व का निर्माण करने वाले विशिष्ट मानसिक संगठन का परोक्ष अनुमान किया जा सकता है। यदि कोई व्यक्ति नाक-भौं सिकोड़ कर मुँह फेर लेता है तो हमें यह समझने में देर नहीं लगती कि उस व्यक्ति में घृणा की मनोवृत्ति का संचार हो रहा है। किन्तु व्यवहार को देखकर व्यक्ति की मनोवृत्ति का सही सही अनुमान तभी किया जा सकता है जब हमें उसके व्यवहार द्वारा व्यक्त होने वाली मनोवृत्ति का अनुभव पहले से ही हो चुका हो। व्यवहार द्वारा मनुष्य की मनोवृत्तियों को ठीक-ठीक समझ सकने के लिए अवलोकनकर्ता का अपना पूर्व अनुभव बहुत महत्व रखता है।

अवलोकन प्रणाली में बहुत सी कमियाँ होती हैं। हम दूसरे लोगों को प्रायः अपनी ही तरह से देखने की कोशिश करते हैं। दूसरों के व्यवहार की व्याख्या अपने अनुभव के सादृश्य पर निर्भर होती है। ईमानदार आदमी दुनियाँ के हर आदमी को ईमानदार समझता है। यदि अवलोकनकर्ता और अवलोकित व्यक्ति के अनुभव में सादृश्य न हो तो अवलोकन-प्रणाली से दूसरे व्यक्ति के विषय में सही बात का पता नहीं चल सकता। ऐसी दशा में अवलोकन अनिश्चित बन जाता है और वैज्ञानिक अध्ययन में अनिश्चित बात को मान्यता नहीं दी जा सकती।

अवलोकन निश्चित तभी बन सकता है जब रचनात्मक कल्पना और अनुमान का सहारा लिया जाय। विज्ञानी के अपने अनुभव में वे सब सघटक तत्व मौजूद रहते हैं जिनके द्वारा दूसरों के व्यवहार को समझा जा सकता है। दूसरों के व्यवहार की ठीक व्याख्या करने के लिए विज्ञानी को चाहिए कि वह अपनी जटिल मानसिक क्रियाओं का विश्लेषण उसके सघटक तत्वों में करके ही व्यक्ति-विशेष को समझने की चेष्टा करे। उदाहरण के लिए वच्चों को समझने के लिए विज्ञानी को बुद्धि और चिंतन शक्ति का आश्रय न लेकर नैसर्गिक

प्रवृत्तियों और अनुकरण की सहायता लेनी चाहिए। तभी वह बच्चों के व्यवहार की व्याख्या अच्छी तरह से कर सकेगा।

दूसरो के अवलोकन में विज्ञानी अपने पक्षपात से प्रभावित हो सकता है। अतएव अवलोकन को निष्पक्ष बनाने के लिए विज्ञानी की प्रवृत्ति निष्पक्ष होनी चाहिये। उसमें अपने आप को उस स्थिति में रख सकने की क्षमता होनी चाहिए जिसका वह अवलोकन कर रहा हो।

सही अवलोकन में कभी-कभी अवलोकित व्यक्ति स्वयं बाधाएँ उत्पन्न कर देता है। बहुत से लोग अपने व्यवहार को इस तरह प्रकट करते हैं जो उनकी मनोवृत्तियों का सही प्रकाशन नहीं होता। ऐसी दशा में व्यवहार का अवलोकन विविध रूपों से करना चाहिए। कपटपूर्ण व्यवहार को सही सही समझने में सावधानी तथा परिदर्शन से बहुत सहायता मिलती है।

(३) अन्तर्निरीक्षण (Introspection)—अन्तर्निरीक्षण अपने व्यक्तिगत अनुभव पर ध्यान केन्द्रित करने को कहते हैं जिसके द्वारा व्यक्ति अपनी मानसिक क्रियाओं का अवलोकन स्वयं करके उन्हें समझने की कोशिश करता है। अवलोकन से तो व्यवहार के आधार पर मानसिक क्रियाओं को समझने का प्रयत्न किया जाता है किन्तु अन्तर्निरीक्षण द्वारा मानसिक क्रियाओं का प्रत्यक्ष ज्ञान किया जाता है। अन्तर्निरीक्षण मनोविज्ञान की ही मौलिक प्रणाली है। अन्य विज्ञानों में इस प्रणाली का कोई स्थान नहीं है। मानसिक क्रियाएँ इतनी वैयक्तिक होती हैं कि उन तक किसी दूसरे की पहुँच नहीं हो सकती। हमारे मन में क्या हो रहा है इसका ज्ञान केवल हमें ही हो सकता है। दूसरो को हमारे मन का ज्ञान केवल हमारे बताने पर ही हो सकता है। मानसिक क्रियाओं का विज्ञान होने से मनोविज्ञान में अन्तर्निरीक्षण का विशेष महत्व है। व्यक्ति की मानसिक क्रियाएँ उसके साथ सदा रहती हैं और वह जब चाहे तब उनका अन्तर्निरीक्षण कर सकता है। अवलोकन और प्रयोग हर समय और हर स्थिति में नहीं किए जा सकते किन्तु अन्तर्निरीक्षण किसी भी समय किया जा सकता है। अन्तर्निरीक्षण अवलोकन का ही एक विशेष पक्ष होता है।

अन्तर्निरीक्षण द्वारा व्यक्ति चूँकि अपनी ही मानसिक क्रियाओं का ज्ञान प्राप्त करता है इसलिए इस प्रणाली से मानसिक क्रियाओं के सामान्य नियमों को नहीं जाना जा सकता। किन्तु यदि अनेक लोगों के अन्तर्निरीक्षण में समानता हो तो उससे मानसिक क्रियाओं के नियमों को बहुत कुछ समझा जा सकता है और अवलोकन तथा प्रयोग की कसौटी पर कस कर उनकी सत्यता की वैज्ञानिक जाँच की जा सकती है।

कुछ मानसिक दशाएँ इतनी प्रबल होती हैं कि उनके रहने के समय मन उस परिस्थिति में ही उलभा रहता है जिनकी वे पृष्ठभूमि होती हैं। अगर मन किसी मानसिक दशा को उत्पन्न करने वाली बाहरी परिस्थिति में ही उलभा रहे तो उस मानसिक दशा का यथोचित अन्तर्निरीक्षण नहीं किया जा सकता। किसी बेहद मोहक घटना को देखते समय हमारा मन घटना के पात्रों आदि की ओर ही इतना लगा रहता है कि हमें उस घटना से उत्पन्न होने वाली अपनी मानसिक दशा का अन्तर्निरीक्षण कर सकने की फुर्सत ही नहीं मिलती।

अनेक मानसिक दशाएँ ऐसी भी होती हैं जो अन्तर्निरीक्षण करने के समय रहती ही नहीं। डर आदि किसी संचारीभाव (emotion) का जब अन्तर्निरीक्षण शुरू किया जाता है तो मन के अन्दर उस भाव का संचार होना वन्द हो जाता है। भावों के संचार के समय उन पर विचार कर सकना असम्भव-सा ही होता है। उन पर विचार करना शुरू करते ही मन की दशा बदल जाती है और जिस चीज के अध्ययन की तैयारी की जाती है वह चीज ही नहीं रहती। जेम्स ने इसे बड़े ही सुन्दर ढंग से कहा है कि “संचारीभाव को अन्तर्निरीक्षण द्वारा समझने की कोशिश करना कुछ वैसा ही है जैसे अन्ध-कार को देखने के लिए जल्दी में तेज प्रकाश का आयोजन करना।” ऐसी हालत में अन्तर्निरीक्षण प्रायः अनुप्रेक्षण (retrospection) मात्र ही होता है। एक थोड़ी देर पहले की मानसिक दशा को स्मृति के सहारे जानने का प्रयत्न किया जाता है और स्मृति पर पक्का विश्वास नहीं किया जा सकता।

अन्तर्निरीक्षण की एक और कठिनाई मानसिक दशाओं को व्यक्त करने के लिए भाषा का अक्षम होना होती है। किसी चीज का स्वाद, किसी सुन्दर मुख की छवि, किसी मादक स्पर्श का वर्णन करते समय हमें यह लगता है कि भरसक प्रयत्न करने पर भी हम अपने भाव का ठीक-ठीक शब्द-चित्र नहीं बना पा रहे हैं। इसलिए आक्षेप किया जाता है कि अन्तर्निरीक्षण के परिणाम को दूसरों तक पहुँचाना बहुत कठिन होता है। पशु-मनोविज्ञान, बाल-मनो-विज्ञान और अप्रकृत (abnormal) व्यक्ति के मन को समझने के लिए भी अन्तर्निरीक्षण बेकार होता है। पशु, बालक और अप्रकृत व्यक्ति अन्तर्निरीक्षण नहीं कर पाते। लेकिन इससे इतना ही साबित होता है कि अन्तर्निरीक्षण मनोव्यापार के एक बहुत छोटे भाग का अध्ययन करने में ही उपयोगी होता है। अप्रकृत मनोविज्ञान में व्यक्ति के मन को समझने के लिए कुछ विशेष प्रणालियों को काम में लाया जाता है जिनका वर्णन अभी आगे किया जायगा।

अन्तर्निरीक्षण में उपर्युक्त कमियाँ अवश्य हैं किन्तु उसके द्वारा मानसिक दशाओं का जहाँ तक सही ज्ञान हो सकता है वहाँ तक उसका महत्व निर्विवाद

है। आखिर हम अन्तर्निरीक्षण द्वारा अपनी मानसिक दशाओं को कुछ न कुछ तो अवश्य समझते हैं। अन्तर्निरीक्षण को व्यवस्थित कर उससे उपलब्ध सामग्री पर काफी विश्वास किया जा सकता है। प्रत्येक वैज्ञानिक अवलोकन में भूल होने की सम्भावना रहती है। उस भूल को जिस तरह अन्य विज्ञानों में दूर करने की चेष्टा की जाती है वैसे ही चेष्टा अन्तर्निरीक्षण की भूलों को दूर करने में भी की जा सकती है और की भी जाती है। इसलिए अन्तर्निरीक्षण को बिल्कुल व्यर्थ समझ कर उसकी उपेक्षा नहीं की जा सकती।

(४) प्रयोग (Experiment)—प्रयोग भौतिक विज्ञानों की सर्वमान्य प्रणाली है। अवलोकन के विपरीत प्रयोग में परिस्थितियों को पहले से ही निर्धारित करके उनका अध्ययन नियन्त्रित दशाओं में किया जाता है। प्रयोग में प्रयोगकर्ता का परिस्थितियों पर पूरा नियन्त्रण रहता है। प्रयोग करते समय अप्रासंगिक परिस्थितियों को हटा दिया जाता है जिससे प्रासंगिक परिस्थितियों का परिवेश आदि से जो सम्बन्ध होता है उसे ठीक से समझा जा सके। अवलोकन में होने वाली घटनाओं की प्रतीक्षा करनी पड़ती है और घटित होने वाली परिस्थितियों पर कोई नियन्त्रण नहीं किया जा सकता। अवलोकन द्वारा केवल सामान्य बातों का ही अध्ययन किया जा सकता है। प्रयोग द्वारा अवलोकन से प्राप्त सामग्री सुनिश्चित बनती है और उसका अनुमोदन होता है।

मानसिक क्रियाओं पर व्यक्ति-विशेष की भूख या थकान आदि शारीरिक स्थितियों, उसकी सीखी हुई कुशलताओं और विभिन्न प्रकार की उत्तेजनाओं का अलग-अलग प्रभाव पड़ता है। प्रयोग में अन्य सब परिस्थितियों को अपरिवर्तनीय रखकर किसी एक परिस्थिति में नियमित ढंग से परिवर्तन किया जाता है और उस परिवर्तन के परिणाम को देखा जाता है और ऐसा बार बार किया जाता है। यदि परिणाम हर बार वही हो जो पहली बार के परिवर्तन से हुआ था तो सिद्धान्त या मान्यता का समर्थन हो जाता है। प्रयोग की सत्यता का आधार यह है कि कुछ विशेष दशाओं में कोई विशेष घटना होगी और उसका वही परिणाम होगा जो होता रहा है। प्रयोग शुरू करने के पहले व्यक्ति की शारीरिक या मानसिक स्थिति और पूर्व अर्जित कुशलताओं को अच्छी तरह जान लिया जाता है। इसके बाद बाह्य और आन्तरिक उत्तेजनाओं का नियन्त्रण किया जाता है।

बाह्य उत्तेजनाओं का नियन्त्रण करने के लिए विशेष प्रकार के यंत्रों का सहारा लिया जाता है और प्रयोग ऐसे कमरे में किया जाता है जिसमें बाहर की बाधक उत्तेजनाओं का प्रवेश न हो सके। आन्तरिक उत्तेजनाओं का

नियंत्रण करने के लिए खाना नहीं दिया जाता है, पेट को निकाल दिया जाता है जिससे उसकी क्रियाओं से अन्य क्रियाएँ प्रभावित न हो सकें और मेरुदंड का मनस् से सम्बन्ध तोड़ दिया जाता है जिससे शरीर के निचले भाग की प्रेरणाएँ मनस् को प्रभावित न कर सकें। उपर्युक्त आन्तरिक नियंत्रण अपेक्षित प्रयोग केवल पशुओं पर ही उन्हें पीड़ा के प्रति पहले से ही सज्ञाशून्य बनाकर किए जाते हैं। मनुष्यों पर ऐसे प्रयोग अभी किए जा सकते हैं जब उनमें किसी दुर्घटना के कारण उपर्युक्त आन्तरिक दशाएँ अपने आप ही हो गई हो।

प्रयोग को सफल बनाने के लिए मनुष्य की प्रवृत्तियों पर भी नियंत्रण करने की आवश्यकता पड़ती है जिससे उसकी किसी विशेष मनोवृत्ति के कारण प्रयोग दूषित न हो सके। इसके लिए व्यक्ति को पहले से ही सूचित कर दिया जाता है कि उसकी परीक्षा अमुक उद्देश्य से ली जा रही है जबकि वास्तविक परीक्षा का उद्देश्य कुछ और ही होता है। इस प्रकार प्रयोग पर व्यक्ति के मानसिक विन्यास (set) का प्रभाव लगभग नहीं के बराबर ही पड़ता है। प्रयोग में जहाँ आनुवंशिक (hereditary) बातों के नियंत्रण की जरूरत पड़ती है वहाँ जुड़वाँ लोगों पर प्रयोग करना अपेक्षित होता है यद्यपि जुड़वाँ लोग आसानी से नहीं मिलते।

जिस व्यक्ति पर प्रयोग किया जाता है उसे 'विषय' कहा जाता है। विषय की मानसिक या शारीरिक प्रतिक्रियाओं को आश्रित परिवर्त्य (dependent variables) कहा जाता है। विषय की प्रतिक्रियाओं को प्रभावित करने वाली शारीरिक दशाओं या उत्तेजनाओं को निराश्रित परिवर्त्य (independent variables) कहा जाता है। निराश्रित परिवर्त्य बहुत से होते हैं और उनमें से प्रत्येक का आश्रित परिवर्त्य पर अलग-अलग क्या प्रभाव पड़ता है इसे जानने के लिए बारी-बारी से केवल एक निराश्रित परिवर्त्य में परिवर्तन किया जाता है और शेष निराश्रित परिवर्त्यों को स्थायी रखा जाता है। फिर परिवर्तित किए जाने वाले हर निराश्रित परिवर्त्य का आश्रित परिवर्त्य पर जो प्रभाव पड़ता है उसे लिख लिया जाता है। बाद में तुलना करके यह देखा जाता है कि किस निराश्रित परिवर्त्य का आश्रित परिवर्त्य पर ज्यादा प्रभाव पड़ा है। ज्यादा प्रभाव डालने वाले निराश्रित परिवर्त्यों का आश्रित परिवर्त्य से ज्यादा घनिष्ठ सम्बन्ध होगा ही।

विषय की प्रतिक्रियाएँ तीन श्रेणियों की हो सकती हैं (१) सामान्य व्यवहार, (२) आन्तरिक शारीरिक क्रियाएँ जैसे हृदय की गति का बढ़ जाना या खून में शक्कर की मात्रा बढ़ जाना जिनका ज्ञान रासायनिक परीक्षाओं

और यत्रो की सहायता से किया जाता है, और (३) अनुभव का मौखिक वर्णन यानी विषय द्वारा अपने सोचने, संवेदन करने आदि का वर्णन करना ।

मान लीजिए कि हम अच्छी विद्वत्ता के कारण जानना चाहते हैं । हमारा ख्याल है कि विद्वत्ता पर अध्ययन की मात्रा, उसमें लगाए गए समय, बुद्धि और जीविकोपार्जन में लगने वाले समय का प्रभाव पड़ता है । प्रयोग में विद्वत्ता आश्रित परिवर्त्य (dependent variable) होगी और उसके ऊपर प्रभाव डालने वाली उपर्युक्त बातें निराश्रित परिवर्त्य (independent variables) कहलायेगी । निराश्रित परिवर्त्यों में से एक एक को बारी बारी से परिवर्तित करके और शेष को स्थायी रखकर यह देखा जायगा कि हर निराश्रित परिवर्त्य का आश्रित परिवर्त्य विद्वत्ता पर क्या प्रभाव पड़ता है ।

मनोवैज्ञानिक प्रयोगों में दो या दो से अधिक समूहों की आवश्यकता भी पड़ सकती है । प्रयोग एक समूह के ऊपर किया जाता है और दूसरे समूह के ऊपर नहीं किया जाता । जिस समूह के ऊपर प्रयोग नहीं किया जाता उसे नियंत्रित समूह (control group) और जिस समूह के ऊपर किया जाता है उसे प्रयोगात्मक समूह (experimental group) कहते हैं । प्रयोगात्मक समूह पर प्रयोग करने से जो परिणाम निकलते हैं उनकी तुलना नियंत्रित समूह से की जाती है और दोनों में जो भेद होता है उसके आधार पर प्रयोग सम्बन्धी प्रश्नों का निर्णय किया जाता है ।

विद्वत्ता को प्रभावित करने वाली परिस्थितियों के उपर्युक्त उदाहरण में हम एक नियंत्रित और एक प्रयोगात्मक समूह ले सकते हैं । नियंत्रित समूह को वह जैसे रोजाना पढ़ता लिखता है वैसे ही पढ़ता लिखता रहने दिया जायगा । किन्तु प्रयोगात्मक समूह को पढ़ने लिखने के लिए और ज्यादा समय लगाने को कहा जायगा । फिर प्रयोगात्मक समूह ने जो उन्नति की होगी उसकी तुलना नियंत्रित समूह की उन्नति से की जायेगी और तब यह अच्छी तरह जाना जा सकेगा कि विद्वत्ता को प्रभावित करने में ज्यादा अध्ययन कहाँ तक उपयोगी होता है ।

प्रयोगात्मक प्रणाली से जितने अच्छे और निश्चित परिणाम भौतिक विज्ञानों को उपलब्ध होते हैं उतने मनोविज्ञान को नहीं होते । इसका कारण यह है कि मनुष्य की मनोवृत्तियों को एक सीमा के बाहर जड़ वस्तुओं की तरह नियंत्रित नहीं किया जा सकता । दूसरे, प्रयोग के सब निराश्रित परिवर्त्यों को इच्छानुसार विस्तार से परिवर्तित कर सकना भी कठिन होता है । किन्तु फिर भी प्रयोग के महत्व से इन्कार नहीं किया जा सकता । प्रयोग में परिस्थितियों की पुनरावृत्ति इच्छानुसार की जा सकती है और अप्रासंगिक

परिस्थितियों को हटाया जा सकता है । प्रयोग के निष्कर्षों को तत्काल लिखने से और उनकी तुलना करने से स्मृति और अवलोकन के भ्रमों से भी बचा जा सकता है । प्रयोग द्वारा शारीरिक या मानसिक क्रियाओं और भौतिक उत्तेजनाओं के परिमाणात्मक सम्बन्धों (quantitative relations) को भी ठीक से नापा जा सकता है ।

(५) विकासात्मक (Developmental) प्रणाली—इस प्रणाली द्वारा व्यक्ति की मानसिक क्रियाओं की उत्पत्ति और वृद्धि का अध्ययन विकास क्रम के अनुसार किया जाता है । विकास अन्दर से होता है और उसका अर्थ परिवेग की सहायता से व्यक्त के अन्दर पहले से ही निहित शक्तियों का प्रस्फुटित और व्यक्त होना है । विभिन्न आयुस्तरों पर किए गए शारीरिक वृद्धि, प्रवृत्तियों, रुचियों और बुद्धि सम्बन्धी अध्ययन से मानवी व्यक्तित्व के विकासात्मक पक्ष की महत्वपूर्ण जानकारी हुई है ।

अप्रकृत (abnormal) व्यक्ति की मानसिक क्रियाओं का अध्ययन करने के लिए अन्तर्निरीक्षण और प्रयोग आदि प्रणालियाँ बेकार साबित होती हैं । अप्रकृत व्यक्ति अपना अन्तर्निरीक्षण नहीं कर पाता और उस पर प्रयोग करना भी निष्फल होता है । अप्रकृत व्यक्तियों की मानसिक क्रियाओं को जानने के लिए कुछ विशेष विधियों का सहारा लेना पड़ता है जैसे स्वतंत्र सहचार (free-association) या स्वप्नों की व्याख्या करके मनोविश्लेषण करना; सम्मोहन और प्रक्षेपण (projective) विधियों का उपयोग करना । इन विशेष विधियों का विस्तृत वर्णन यथास्थान प्रसंग में किया जायगा ।

मनोविज्ञान में नाप—वैज्ञानिक प्रणाली की एक मुख्य बात नाप करना होती है । पहले यह विचार किया जाता था कि मानसिक क्रियाओं को नापना असम्भव है किन्तु अब यह असत्य साबित हो चुका है । यह ठीक है कि मानसिक क्रियाओं को भौतिक क्रियाओं की भाँति नापा नहीं जा सकता लेकिन मनोविज्ञानियों ने मानसिक क्रियाओं को नापने के अनेक साधन ढूँढ लिए हैं । बुद्धि, स्मृति, संवेदन, सीखना और संचारीभाव विषयक आदि क्रियाओं को नाप सकना सम्भव बन चुका है । नापने के लिए मानसिक क्रियाओं को प्रतिक्रियाओं के रूप में देखा जाता है और प्रतिक्रियाओं की नाप हो सकती है । साथ ही साथ नाप के परिणामों का परिमाणात्मक वर्णन भी किया जा सकता है । यह विभिन्न मानसिक क्रियाओं के उल्लेख के प्रसंग में उनको नापने के लिए दिये गए अनेक प्रयोगों से अच्छी तरह स्पष्ट हो जायगा ।

(६) सांख्यिकीय (Statistical) प्रणाली—अनेक मनोवैज्ञानिक खोजों में प्रयोग भारी पैमाने पर करने पड़ते हैं और उनके परिणामों को ठीक से आँकने

के लिए सांख्यिकीय (statistical) विश्लेषण की आवश्यकता पड़ती है । परिणामों की व्याख्या करने के लिए सांख्यिकीय प्रणाली की बहुत आवश्यकता पड़ती है क्योंकि उससे परिणामों में गणितात्मक निश्चितता आ जाती है । सांख्यिकीय प्रणाली जटिल और गणित-प्रधान होती है इसलिए उस पर विस्तृत रूप से विचार करना यदि अनावश्यक नहीं है तो आवश्यक भी नहीं है ।

अध्ययन क्षेत्र

आजकल मनोविज्ञान के अध्ययन का क्षेत्र बहुत व्यापक हो गया है । जीवन का शायद ही कोई ऐसा महत्वपूर्ण अंग हो जिसको समझने के लिए मनोविज्ञान से काम न लिया जाता हो । आखिर मनुष्य के हर कार्य-कलाप के पीछे उसकी मानसिक क्रियाओं का संचालन रहता है इसलिए मानवी कार्यों को अच्छी तरह से समझने के लिए उनका संचालन करने वाली मनोवृत्तियों को जानना बहुत आवश्यक है । इस तरह मनोविज्ञान के अनेक अध्ययन-क्षेत्र बन चुके हैं । हम मनोविज्ञान के कुछ प्रमुख अध्ययन क्षेत्रों का ही वर्णन करेंगे ।

पशु-मनोविज्ञान (Animal Psychology)—मनोविज्ञान के इस अध्ययन-क्षेत्र में पशुओं से सम्बन्धित विशेष समस्याओं जैसे प्रक्षिप्त क्रियाओं (reflex actions) और सीखने के प्रकारों का अध्ययन किया जाता है । मनुष्य के व्यवहार में बड़ी जटिलता होती है जिससे उसे समझने में कठिनाई पड़ती है । व्यवहार का अपेक्षाकृत सरल रूप पशुओं में मिलता है और पहले यदि व्यवहार के सरल रूप को समझ लिया जाय तो व्यवहार के जटिल और अधिक विकसित रूप को अच्छी तरह से समझ सकने में कुछ सुविधा और आसानी हो सकती है । पशु-मनोविज्ञान का अध्ययन इसी दृष्टिकोण से किया जाता है । पशु-मनोविज्ञान तो एक साधन है, साध्य नहीं । मनोविज्ञान का साध्य तो केवल मनुष्य के व्यवहार को समझना होता है और उसे समझने में पशु-मनोविज्ञान की खोजों से काफी सहायता मिली है ।

बाल-मनोविज्ञान—इस क्षेत्र में बच्चों के मन और उसके विकास का अध्ययन किया जाता है । बच्चों की मानसिक क्रियाओं का उदय और विकास कैसे होता है ? बाल-मनोविकास पर आनुवंशिकता (heredity) और परिवेश का क्या प्रभाव पड़ता है ? बच्चा सीखता कैसे है ? अनुभव और अनुकरण से बच्चों की प्रतिक्रियाओं में कैसे परिवर्तन होते हैं ? इन महत्वपूर्ण प्रश्नों के उत्तर की खोज बाल-मनोविज्ञान में की जाती है ।

व्यक्ति-मनोविज्ञान ("Individual Psychology")—इस क्षेत्र में व्यक्तिगत भेदों का अध्ययन किया जाता है और विभिन्न प्रकारों की व्यक्तिगत विलक्षणताओं की खोज की जाती है। कुछ लोग भावुक होते हैं, कुछ विचारशील और कुछ कर्मशील। उनमें इस प्रकार की विभिन्नताएँ कैसे उत्पन्न होती हैं? उन विभिन्नताओं को उत्पन्न करने में किन बातों का ज्यादा प्रभाव पड़ता है? आदि प्रश्नों का कारण समझने की चेष्टा व्यक्ति मनोविज्ञान में की जाती है।

समाज-मनोविज्ञान—इस क्षेत्र में जन-समूह, भीड़ और अन्य सामाजिक समुदायों की मानसिक विशेषताओं का उनका निर्माण करने वाले व्यक्तियों की विशेषताओं से अलग अध्ययन किया जाता है। समाज-मनोविज्ञान में सामाजिक सम्बन्धों, सगठनों और रीतियों का संचालन करने वाले वैज्ञानिक नियमों की खोज की जाती है। समाज-मनोविज्ञान की एक शाखा लोक मनोविज्ञान (Folk Psychology) भी होती है। लोक मनोविज्ञान में सम्य जातियों से अलग आदिकालीन लोगों के मनोविज्ञान का अध्ययन किया जाता है। इस क्षेत्र का मुख्य विषय आदिकालीन लोगों के जीवन, विश्वासों, लोक प्रथाओं, परम्पराओं, सस्थाओं, दन्त-कथाओं और धर्मों आदि का अध्ययन करना होता है।

शिक्षा-मनोविज्ञान—शिक्षा का उद्देश्य मनुष्य के मन को एक विशेष प्रकार से परिवर्तित करना होता है। शिक्षा मनोविज्ञान में मानसिक क्रियाओं के उस पक्ष का अध्ययन किया जाता है जिनका सीखने सिखाने पर विशेष प्रभाव पड़ता है। जब शिक्षा का उद्देश्य मानसिक परिवर्तन करना है तो मन का अध्ययन उन परिवर्तनों को सुगमता और शीघ्रता से करने के लिए निश्चय ही बहुत महत्वपूर्ण है। मन क्या है? उसकी कौन कौन सी शक्तियाँ हैं? उनका उपयोग किस तरह किया जा सकता है? इन सब बातों को बिना जाने शिक्षा देना बेकार है। शिक्षा मनोविज्ञान में बच्चों की स्वाभाविक रुचियों, उनके मन की शक्तियों और प्रवृत्तियों का विशेष अध्ययन किया जाता है और शिक्षा को इस तरह व्यवस्थित करने का प्रयत्न किया जाता है जिससे बच्चों को जो कुछ सिखाना है उसे उनकी स्वाभाविक रुचियों और प्रवृत्तियों की पूर्ति का साधन बनाया जा सके।

औद्योगिक-मनोविज्ञान (Industrial psychology)—इस क्षेत्र में उद्योग-धन्धों में लगे लोगों की समस्याओं का उनके उद्योग-धंधों के प्रसंग में अध्ययन किया जाता है। लोग अपना सगठन व्यावसायिक दृष्टि से कैसे करते हैं? व्यावसायिक सगठनों के पीछे मनुष्य की मनोवृत्तियाँ क्या होती हैं?

उनका कैसा स्वरूप होता है और उनका उदय किन परिस्थितियों में होता है ? आदि प्रश्नों का उत्तर देने का प्रयत्न औद्योगिक मनोविज्ञान में किया जाता है । इस अध्ययन-क्षेत्र में मनोविज्ञान के सामान्य नियमों को उद्योग धंधों की व्यावहारिक समस्याओं पर लागू करने की चेष्टा की जाती है ।

अप्रकृत मनोविज्ञान (Abnormal psychology)—मनोविज्ञान के इस अध्ययन-क्षेत्र में अप्रकृत व्यवहार का अध्ययन और उसके कारणों को जानने का प्रयत्न किया जाता है । व्यवहार अप्रकृत क्यों बन जाता है ? उसको अप्रकृत बनाने में व्यक्ति की जन्मजात, अर्जित और गत्यात्मक शक्तियों का क्या प्रभाव पड़ता है ? अप्रकृत व्यवहार से मानवी व्यवहार में कौन-कौन सी विलक्षणताएँ आ जाती हैं ? व्यवहार को प्रकृत कैसे बनाया जा सकता है जिससे व्यक्ति जीवन की वास्तविकताओं से अपना सतुलन फिर से स्थापित कर सके ? आदि महत्वपूर्ण बातों की खोज अप्रकृत मनोविज्ञान में की जाती है । आगे यथास्थान अप्रकृत व्यवहार के प्रसंग में उपर्युक्त बातों की विस्तृत व्याख्या की जायगी । किन्तु यहाँ अप्रकृत मनोविज्ञान से सम्बन्धित उन क्षेत्रों का संक्षिप्त परिचय भी प्राप्त कर लिया जाय जिनसे अप्रकृत मनोविज्ञान को बड़ी सहायता मिलती है ।

अप्रकृत-मनोविज्ञान से सम्बन्धित अन्य क्षेत्र—अप्रकृत मनोविज्ञान के अध्ययन पर मनोचिकित्सा (psychiatry), रोगोपचारी न्यूरोलॉजी (Clinical Neurology), रोगोपचारी मनोविज्ञान, मनोविकारशास्त्र (Psychopathology) और मनोविश्लेषण आदि की खोजों का बहुत प्रभाव पड़ा है । इसलिए उनसे परिचय करना अप्रकृत मनोविज्ञान की भूमिका तैयार करना है ।

मनोचिकित्सा (Psychiatry)—मनोचिकित्सक अपने रोगियों के मानसिक विकारों की खोज और उनके निवारण के लिए प्रयत्नशील रहता है । अप्रकृत व्यवहार को समझने के लिए मनोचिकित्सकों द्वारा प्रस्तुत मानसिक रोग-ग्रस्त रोगियों के वर्णन से बहुत लाभ होता है ।

रोगोपचारी न्यूरोलॉजी (Clinical Neurology)—मनोचिकित्सा से अलग चिकित्सा की यह एक अन्य शाखा है जो रोगियों के स्नायु-प्रबन्ध (nervous system) के दोषों की जाँच करती है । गहरी चोट लगने, गिल्टियाँ निकलने, रक्त दूषित होने आदि अनेक प्रकार की दुर्घटनाओं से शरीर के स्नायु-प्रबन्ध या मनस् या मेरुदण्ड को क्षति पहुँचती है जिससे प्राणी के व्यवहार सुनने, देखने, स्पर्श करने, बोलने-चालने, चलने-फिरने

आदि क्रियाओं में परिवर्तन हो जाते हैं—जिनके परिणाम-स्वरूप उसका व्यवहार अप्रकृत बन जाता है। न्यूरोनीय कारण जानने से शरीरजन्य कारणों से बन जाने वाले अप्रकृत व्यवहार को ज्यादा अच्छी तरह समझा जा सकता है।

रोगोपचारी मनोविज्ञान (Clinical Psychology)—इस अध्ययन क्षेत्र का विस्तार मनोवैज्ञानिक नियमों और सिद्धान्तों को शिक्षा और विद्यालय सम्बन्धी समस्याओं पर लागू करने से हुआ है। मानसिक और सवेदन सम्बन्धी दोष, हीनता की भावनाएँ, रागात्मक रक्षा का अभाव, बच्चों के व्यक्तित्व का अपने साथियों, माँ-बाप या शिक्षकों के व्यक्तित्वों से संघर्ष आदि समस्याओं के पीछे अनेक कारण होते हैं। रोगोपचारी मनोविज्ञान की परीक्षण विधियों से अप्रकृत मनोविज्ञान के अध्ययन को बहुत सहायता मिली है।

मनोविकार-शास्त्र (Psychopathology)—वास्तव में मानसिक रोगों का अध्ययन अप्रकृत मनोविज्ञान की अपेक्षा मनोविकारशास्त्र में ही विशेष रूप से किया जाता है। अप्रकृत मनोविज्ञान का क्षेत्र मनोविकारशास्त्र से बहुत बड़ा है क्योंकि अप्रकृत का अर्थ मानसिक रोगों तक ही सीमित नहीं होता। स्वस्थ प्रकृत मनुष्य भी सम्मोहन (hypnosis) का अच्छा विषय बन सकता है। सम्मोहन का रूप और उसकी समस्याएँ मनोविकारशास्त्र के अध्ययन का विषय नहीं हैं किन्तु वे अप्रकृत मनोविज्ञान के क्षेत्र में अवश्य आती हैं। निस्सन्देह अप्रकृत मनोविज्ञान में मानसिक रोगों को बहुत बड़ा स्थान दिया जाता है। इसलिए अप्रकृत मनोविज्ञान का बहुत बड़ा क्षेत्र मनोविकारशास्त्र के क्षेत्र का सहगामी है।

मनोविश्लेषण (Psychoanalysis)—अप्रकृत मनोविज्ञान को फ्रायड की खोजों ने बहुत प्रभावित किया है। फ्रायड की मुख्य शिक्षाओं का यथेष्ट वर्णन यथास्थान किया जायगा। यहाँ इतना जान लेना ही काफी होगा कि फ्रायड के अध्ययन-क्षेत्र—मनोविश्लेषण—का आधार यह है कि मानवी व्यवहार का संचालन और संशोधन अचेतन (unconscious) प्रेरणाओं से होता है। इससे अप्रकृत व्यवहार में व्यक्ति की गत्यात्मक (dynamic) प्रवृत्तियों और उद्देश्यों (motives) का क्या हाथ रहता है इसकी महत्वपूर्ण जानकारी हो सकी है और अप्रकृत व्यवहार की गत्यात्मक व्याख्या कर सकना सम्भव बन गया है।

दूसरा खण्ड

जन्मजात पक्ष

प्राणी की उत्पत्ति तथा विकास

मनोविज्ञान में प्राणी—मनुष्य—के प्रतिक्रियात्मक पक्ष का अध्ययन किया जाता है। मनुष्य प्रतिक्रिया किसी समस्या को सुलभाने के लिए करता है। जन्म से लेकर मृत्यु तक प्राणी के सामने कोई न कोई समस्या किसी न किसी रूप में सदा उपस्थित रहती है और प्राणी प्रतिक्रिया द्वारा उस समस्या का समाधान करने का प्रयत्न निरन्तर करता रहता है। चूँकि प्राणी हर समय किसी न किसी समस्या से परिवेष्टित या घिरा रहता है इसलिए वैज्ञानिक भाषा में समस्याओं की उपस्थिति को परिवेश (environment) कहा जाता है।

प्राणी और परिवेश—परिवेश के दो पक्ष होते हैं, आन्तरिक और बाह्य। प्राणी के शरीर के अन्दर जो शक्तियाँ काम करती हैं वे आन्तरिक परिवेश होती हैं और जिन शक्तियों का दबाव प्राणी पर बाह्य जगत से पड़ता है वे उसका बाह्य परिवेश होती हैं। प्राणी को प्रतिक्षण इन दोनों परिवेशों की शक्तियों से संघर्ष करके अपना सतुलन बनाए रखने की आवश्यकता पड़ती रहती है क्योंकि सतुलन के भंग होते ही जीवन में व्यतिक्रम और अव्यवस्था आ जाती है। प्राणी और परिवेश में घनिष्ठ सम्बन्ध होता है। प्राणी अपनी रक्षा के लिए कठोर परिवेश से या तो बचने की चेष्टा करता है या फिर वह अपने हित के लिए परिवेश से लड़ता है और उसे बदल कर अपने अनुकूल बना सकने की कोशिश करता है। परिवेश एक तरह की शक्ति या दबाव होता है जो प्राणी को कुछ न कुछ करने को विवश करता रहता है। परिवेश की विवशता के कारण ही प्राणी व्यवहार करता है। किन्तु इसका यह मतलब नहीं है कि प्राणी पूरी तौर से परिवेश के हाथ का कठपुतला होता है। निस्सन्देह वह एक सीमा तक परिवेश पर अधिकार कर सकता है, उसमें रूप परिवर्तन कर सकता है, किन्तु उसकी उपेक्षा कदापि नहीं कर सकता।

परिवेश पर अधिकार करके उसे अपने अनुकूल बना लेना उसे मिटा देना नहीं है। परिवेशजन्य परिस्थितियाँ सदा रही हैं। और रहेगी परिस्थि-

तियाँ प्राणी के सामने आदिम काल में भी थी, आज भी हैं और कल भी रहेगी। हाँ, उनका रूप बदलता रहा है और बदलता रहेगा। आदिम काल में मनुष्य के पास भूख थी, अन्न नहीं था; आज अन्न होते हुए भी मनुष्य भूखा है। आदिम काल में मनुष्य के पास आग नहीं थी लेकिन खून की गर्मी थी; आज आग है लेकिन खून की गर्मी नहीं है। आदिम काल में मनुष्य के पास वस्त्र नहीं थे किन्तु लज्जा थी, आज वस्त्र है किन्तु लज्जा नहीं है। आदिम काल में जीवन निर्वाह की सुविधाएँ न होते हुए भी मनुष्य उतना बर्बर नहीं था जितना आज है।

उत्तेजना और प्रतिक्रिया—प्राणी के हर व्यवहार के पीछे किसी न किसी परिवेश की शक्ति रहती है जो उस पर दबाव डालकर उसे कुछ न कुछ करने को लाचार करती रहती है। प्राणी और परिवेश के सम्बन्ध के दो पहलू होते हैं। एक ओर तो परिवेश प्राणी पर दबाव डालता है और दूसरी ओर प्राणी अपने प्रयत्नो द्वारा परिवेश के उस दबाव का सामना करता है। परिवेश के दबाव को वैज्ञानिक भाषा में उत्तेजना कहा जाता है। परिवेश दबाव डालकर प्राणी को कुछ न कुछ करने को उत्तेजित करता है।

और परिवेश द्वारा उत्तेजना पाने पर प्राणी कुछ न कुछ करता है परिवेश से उत्तेजना पाकर प्राणी जो कुछ करता है उसे वैज्ञानिक भाषा प्रतिक्रिया कहा जाता है। परिवेश प्राणी को उत्तेजना देता है और प्राणी उस उत्तेजना के प्रति प्रतिक्रिया करता है।

प्रतिक्रिया में कुछ न कुछ आयास रहता है। जिस काम में आयास न हो उसे प्रतिक्रिया नहीं कहा जा सकता। प्रतिक्रिया को केवल कर्मेन्द्रियो तक ही सीमित नहीं समझना चाहिए। पक्षियों का कलरव सुनना, किसी चीज को देखकर बीती बातों की याद आ जाना, खिले फूलों को देखकर प्रसन्न होना आदि भी प्रतिक्रियाएँ हैं।

क्षीण या नीरस उत्तेजना का व्यवहार पर विशेष प्रभाव नहीं पड़ता। उत्तेजना का प्रभाव व्यवहार पर अनेक प्रकार से पड़ सकता है। मान लीजिए कि आप टहलने जा रहे हैं, सहसा पीछे से किसी गाड़ी की आवाज सुनकर आप तत्काल दौड़कर सड़क छोड़ एक किनारे हो जाते हैं। गाड़ी की आवाज टहलने की क्रिया में उद्दीपन कर देती है। आप धीरे-धीरे चले जा रहे हैं, सहसा एक धमाके की आवाज सुनकर आप जहाँ के तहाँ ठिठक जाते हैं और आपकी चलने की क्रिया का अवरोध हो जाता है। उत्तेजना में उद्दीपन (excitation) और अवरोध (inhibition) दोनों रहते हैं।

प्राणी और प्रतिक्रिया—प्राणी की प्रतिक्रिया उसकी उत्तेजना पर अवश्य निर्भर होती है किन्तु पूरी तरह से नहीं। प्रतिक्रिया में उत्तेजना के अतिरिक्त अन्य बातों की प्रधानता भी रहती है। बीस प्राणी एक ही उत्तेजना के प्रति बीस तरह की प्रतिक्रियाएँ करते हैं। प्रतिक्रिया को समझने के लिए उत्तेजना के साथ साथ प्राणी को समझना भी आवश्यक है।

प्राणी की सारी प्रतिक्रियाएँ उसकी आदतों, रुचियों, सस्कारों और शिक्षा आदि स्थायी विशेषताओं पर आधारित रहती हैं। एक ही उत्तेजना के प्रति शिक्षित और अशिक्षित मनुष्य की प्रतिक्रियाओं में आकाश-पाताल का अन्तर हो सकता है। संगीत में रुचि रखने वाले प्राणी की प्रतिक्रिया उस प्राणी की प्रतिक्रिया से अलग होगी जो संगीत में रुचि नहीं रखता।

प्रतिक्रिया पर प्राणी की आन्तरिक अवस्था का भी गहरा प्रभाव पड़ता है। खाना देखकर भूखे और भरे पेट प्राणी की प्रतिक्रिया में बड़ा अन्तर होता है। भूखा प्राणी खाने पर टूट पड़ता है किन्तु जिसे भूख नहीं है वह खाने पर 'टूटता' नहीं। नशे या बीमारी की हालत में भी प्राणी की प्रतिक्रियाओं में बड़ा फर्क हो जाता है।

प्राणी की प्रतिक्रिया लक्ष्य पर भी निर्भर होती है। परीक्षा का समय निकट आने पर खेलकूद में अत्यन्त रुचि रखने वाला विद्यार्थी किसी के बार बार बुलाने पर भी खेलने को नहीं जाता और पढ़ता ही रहता है। अब उसका लक्ष्य परीक्षा में सफल होना रहता है जिसके कारण उसकी अब तक की सारी प्रतिक्रियाएँ बदल जाती हैं। निर्वाचन के दिनों में नेताओं का व्यवहार भी बदल जाता है और वे हर व्यक्ति से इस तरह बातें करते हैं मानो वे उसके घर के पुश्तैनी नौकर हों।

इस प्रकार प्रतिक्रियाएँ प्राणी की स्थायी विशेषताओं (आदतों, रुचियों, सस्कारों, शिक्षा आदि), उसकी आन्तरिक अवस्था (क्रोध, घृणा, दुःख, हर्ष आदि) और उसके लक्ष्य पर निर्भर होती हैं। किसी प्रतिक्रिया में इन तीनों बातों में से किसकी प्रधानता रहती है इसे बता सकना कठिन है। उनकी प्रधानता अक्सर-अक्सर पर निर्भर होती है। पत्नी के तेवर के सामने बड़े बड़े शूरवीरों के भी छक्के छूट जाते हैं, क्रोधोन्मत्त व्यक्ति न्यायोचित मार्ग को भूल बैठता है, दिल की ठेस या जिन्दगी की ठोकर बहुत से लोगों का लक्ष्य बदल देती है। तुलसीदास अपनी पत्नी द्वारा धिक्कारे जाने पर ही राम की भक्ति में अनुरक्त हो सके थे।

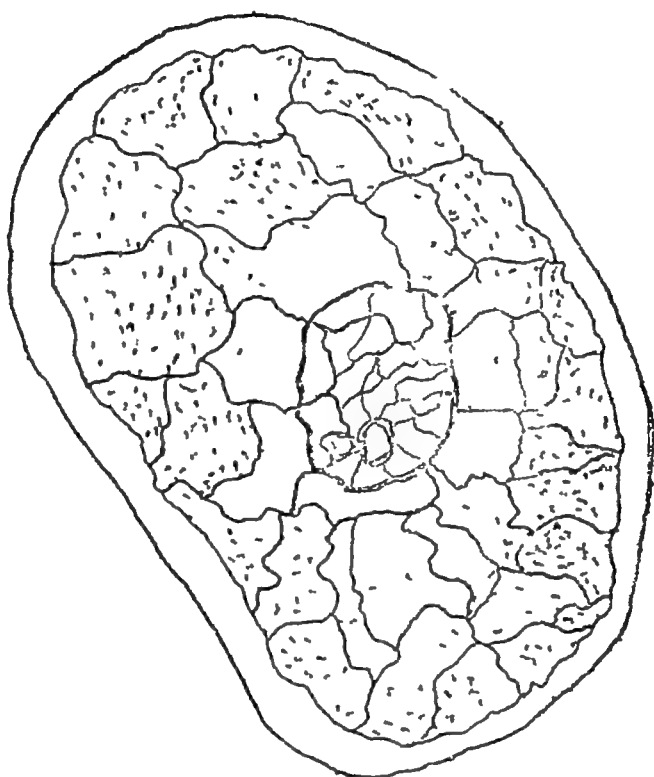
ग्राहक और प्रभावक—प्राणी उत्तेजना के प्रति प्रतिक्रिया अपनी स्थायी विशेषताओं, आन्तरिक अवस्था और लक्ष्य के अनुसार करता है। किन्तु कैसे ? परिवेश की शक्ति या दबाव का असर प्राणी की बोधेन्द्रियों (आँख, कान इत्यादि) पर पड़ता है। उत्तेजना प्राणी को अपनी बोधेन्द्रियों द्वारा मिलती है। प्राणी बाह्य जगत से मिलने वाली उत्तेजनाओं को अपनी बोधेन्द्रियों द्वारा ग्रहण करता है इसलिए बोधेन्द्रियों को ग्राहक (ग्रहण करने वाली) कहा जाता है।

उत्तेजना को ग्रहण करने पर प्राणी कुछ प्रतिक्रिया करता है। प्रतिक्रिया वह अपनी कर्मेन्द्रियों (हाथ, पैर इत्यादि) द्वारा करता है। कर्मेन्द्रियों द्वारा प्रतिक्रिया कर प्राणी परिवेश पर प्रभाव डालता है और परिवेश से अपने पहले के सम्बन्ध को बदल देता है। कर्मेन्द्रियों को प्रभावक कहा जाता है क्योंकि प्राणी उनके द्वारा परिवेश पर प्रभाव डालता है। प्राणी अपने ग्राहको द्वारा उत्तेजना किस तरह ग्रहण करता है और प्रभावको द्वारा परिवेश पर प्रभाव किस तरह डालता है, इसका विस्तृत वर्णन आगे के अध्यायों में किया जायगा। किन्तु प्राणी और उसकी प्रतिक्रियाओं को अच्छी तरह समझने के लिए पहले प्राणी की उत्पत्ति और उसके शारीरिक विकास पर दृष्टिपात कर लेना आवश्यक है।

कोष—शरीर का निर्माण एक प्राणमय कोष (cell) से होता है (चित्र १)। कोष इतना छोटा होता है कि उसे आँख से नहीं देखा जा सकता। अणु-वीक्षण यंत्र से देखने पर कोष एक गाढ़ा-सा रंगहीन पदार्थ मालूम होता है। इस गाढ़े-से पदार्थ को प्रोटोप्लाज्म (protoplasm) कहते हैं। प्रोटोप्लाज्म शब्द दो यूनानी शब्दों से मिलकर बना है। प्रोटोस (pro-tos = पूर्व) और प्लाज्मा (plasma = रूप), जिसका अर्थ हुआ पूर्व रूप। इस प्रकार कोष का प्रोटोप्लाज्म प्राणी के सारे शारीरिक अंगों का पूर्व रूप होता है और प्राणी के विभिन्न शारीरिक अंग उसी पूर्व रूप से प्रस्फुटित होते हैं। प्रोटोप्लाज्म जीवन का भौतिक आधार होता है।

प्रोटोप्लाज्म में सजातीयता (homogeneity) या एकरूपता नहीं होती। उसमें दो भाग होते हैं, एक महीन-सी जाली और उसमें लिपटा हुआ एक तरल-सा पदार्थ। परीक्षा करके यह देखा गया है कि कोष की रचना एक निश्चित प्रकार की होती है। कोष असंख्य ठोस कणों से निर्मित होता है जो प्राणमय होते हैं। कोष में हजारों रासायनिक क्रियाएँ होती रहती हैं। कोष के बीच में अन्तर्वीज (nucleus) होता है जो कोष को जीवित

रखता है और उसकी रासायनिक क्रियाओं को नियंत्रित करता है। अन्तर्बीज को यदि कोष से अलग कर दिया जाय, जो सम्भव हो सका है, तो कोष उसी समय मर जाता है। अणुवीक्षण यन्त्र से देखने पर पता चला है कि अन्तर्बीज में दो छोटे और गोल-गोल शरीर होते हैं जिनकी शक्ल हमेशा



चित्र १

बदलती रहती है। कोष के कण लगातार इधर-उधर प्रवाहित होते रहते हैं। उनके निरन्तर प्रवाह से कोष के हर भाग को पोषक तत्व मिलते रहते हैं और नष्ट पदार्थ कोष की सतह से बाहर निकलता रहता है।

कोष की विशेषताएँ—कोष की दो प्रमुख विशेषताएँ होती हैं आकुचन क्षमता (contractibility) और सुविकारिता (irritability)। अपनी इन्हीं दो विशेषताओं के कारण कोष जीवित रह पाता है। विशेष परिस्थितियों में प्रोटोप्लाज्म के रूप में परिवर्तन हो सकने को ही कोष की आकुचन-क्षमता कहा जाता है। मनुष्य के शरीर में अनेक ऐसे कोष होते हैं जिनकी आकुचन-क्षमता बहुत ज्यादा होती है, जैसे मांसपेशियों (muscles) को निर्मित करने वाले कोष।

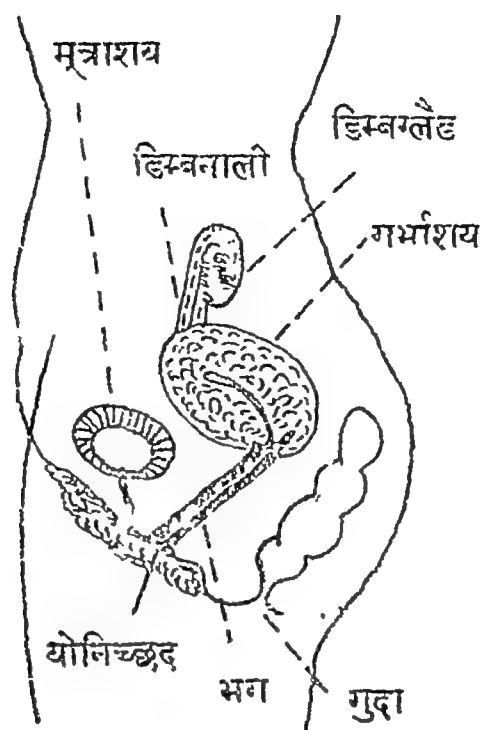
कोष की सुविकारिता (irritability) का अर्थ अनुकूल या प्रतिकूल उत्तेजनाओं के प्रति भावात्मक या अभावात्मक प्रतिक्रिया कर सकने की

योग्यता है। कोषों की सुविकारिता के कारण ही प्राणी का शरीर परिवेश से समायोजन कर पाता है। यदि कोषों में सुविकारिता न होती तो शरीर बाह्य आघातों को नहीं सह पाता और जल्द ही नष्ट हो जाता। अधिक विकसित प्राणियों के कोषों की सुविकारिता उनके विकास के अनुपात से होती है। सबसे अधिक सुविकारिता स्नायुकोषों (nerve cells) में होती है। किन्तु सुविकारी कोष सभी उत्तेजनाओं के प्रति सक्रिय प्रतिक्रिया नहीं करते। आँख के कोष प्रकाश के प्रति, कान के आवाज के प्रति, नाक के गन्ध के प्रति अधिक सक्रिय प्रतिक्रिया करते हैं।

जीवित बने रहने के लिये कोषों को शक्ति की आवश्यकता होती है जो उन्हें भोजन से मिलती है। खाने की चीजों से प्राप्त होने वाली शक्ति रासायनिक रूप में बदल कर कोषों में संचित होती रहती है। कोषों में संचित शक्ति एक ओर तो विभिन्न अंगों के निर्माण में सहायता देती है और दूसरी ओर शरीर और उसके प्रभावों को प्रतिक्रिया कर सकने के लिए बल देती है। शारीरिक क्रियाओं में शक्ति का व्यय होता है जिसके लिए मासपेशीय (muscular) शक्ति की आवश्यकता पड़ती है जो शरीर के अन्दर भोजन के जलने से बनती है। भोजन को जलाने के लिए ईंधन भोजन में निहित शक्कर और माँड (starch) से मिलता है।

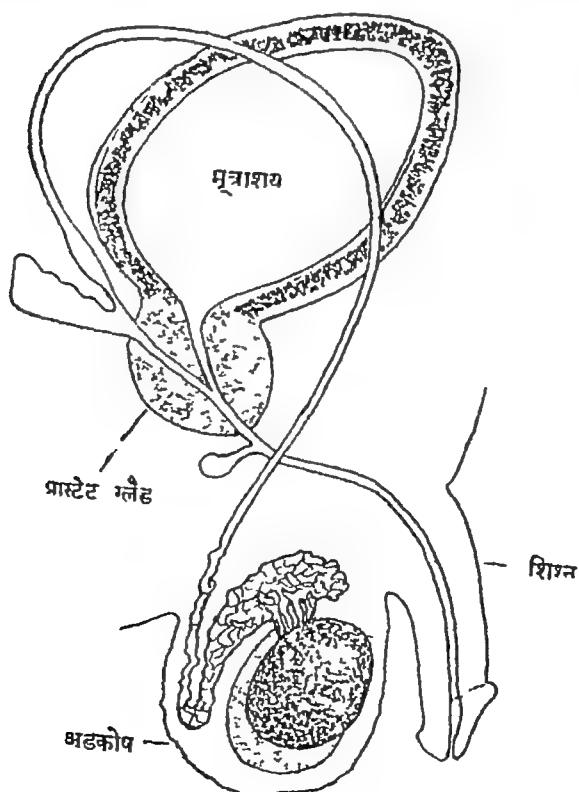
मनुष्य का प्रारम्भिक जीवन—प्रत्येक प्राणी की भाँति मनुष्य भी अपना जीवन एक निरवयव कोष के रूप में शुरू करता है। निरवयव कोष अण्डे की शक्ल का होता है और उसका व्यास $\frac{1}{8}$ इंच होता है। बच्चे का जन्म स्त्री और पुरुष के समागम से होता है। स्त्री की कोख के अन्दर बाईं और दाहिनी ओर दो डिम्ब ग्लैंड (ovaries) होते हैं जो डिम्बों (ova) को बनाते हैं। प्रत्येक डिम्ब ग्लैंड एक डिम्ब नाली (fallopian tube) द्वारा स्त्री के गर्भाशय (womb) से सम्बन्धित होता है। गर्भाशय स्त्री की दोनों जाँघों के बीच स्थित भग (vagina) कही जाने वाली एक नाली से सम्बन्धित होता है (चित्र २)।

जब स्त्री युवा हो जाती है तो हर अट्ठाईसवें दिन उसके किसी डिम्ब ग्लैंड (ovaries) से एक डिम्ब (ovum) छूट कर डिम्ब नाली द्वारा गर्भाशय में पहुँच जाता है। गर्भाशय में डिम्ब की उपस्थिति यह सूचित करती है कि स्त्री गर्भाधान के लिए तैयार हो चुकी है। किन्तु स्त्री के डिम्ब (ovum) से बच्चा तभी बन सकता है जब पुरुष के शुक्रकीटों (sperms) से डिम्ब का मेल हो।



चित्र २

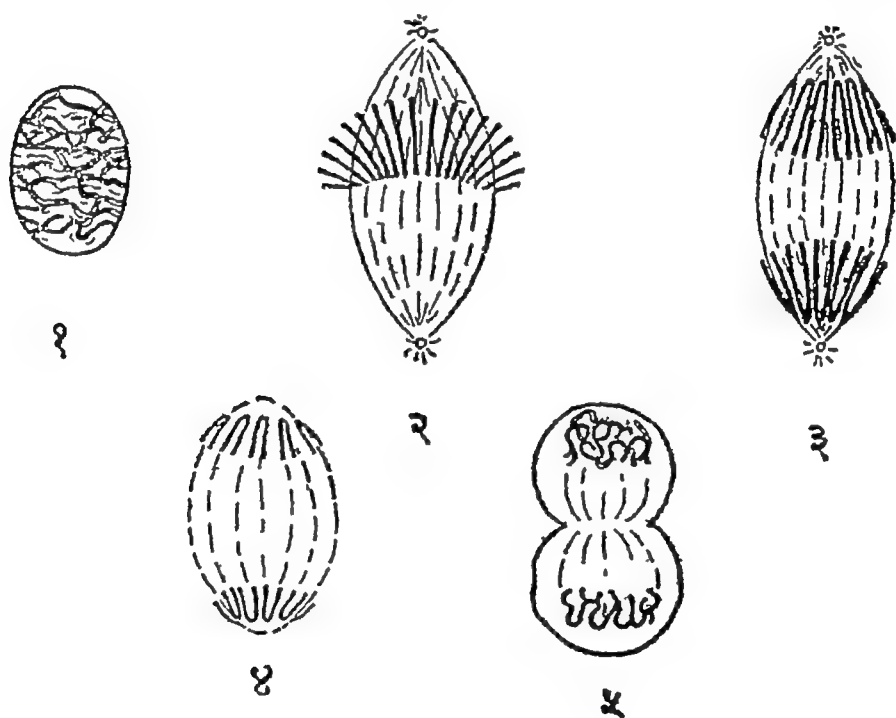
पुरुष के शुक्रकीट (sperms) उसके अण्डकोषो (testicles) में बनते



चित्र ३

है। अंडकोष एक नाली द्वारा पुरुष के शिश्न से सम्बन्धित होते हैं (चित्र ३)। पुरुष का शिश्न ऐसे टिशुओ (tissues) से बना होता है जो खून के भरने से कड़े होकर तन जाते हैं जिससे पुरुष स्त्री से समागम करने योग्य बन जाता है। समागम के परिणाम-स्वरूप पुरुष के करोडो शुक्रकीट (sperms) वीर्य रूप में स्त्री की भग द्वारा उसके गर्भाशय में पहुँच जाते हैं। पुरुष के एक भी शुक्रकीट के स्त्री के डिम्ब से मिल जाने पर स्त्री के गर्भ रह जाता है। पुरुष के करोडो शुक्रकीटों में से केवल एक ही शुक्रकीट स्त्री के डिम्ब से मिलता है, शेष सब नष्ट हो जाते हैं। शुक्रकीट के डिम्ब से मिलने पर डिम्ब की झिल्ली इतनी कड़ी हो जाती है कि फिर उसमें कोई और शुक्रकीट प्रवेश नहीं कर सकता।

गर्भस्थित कोष पोषक तत्वों को माँ के खून से ग्रहण करता है और अनेक रासायनिक क्रियाओं प्रतिक्रियाओं द्वारा विकसित होने लगता है। निरवयव कोष विकसित होकर दो कोषों में विभाजित हो जाता है। ये दो कोष चार



चित्र ४

में, चार फिर आठ में, आठ फिर सोलह में विभाजित होते-होते असंख्य हो जाते हैं। कोष का विभाजन उसके मध्यभाग से होता है। विभाजन का संकेत पहले अन्तर्वीज (nucleus) में मिलता है। अन्तर्वीज मुड़े हुए रेशों से बना होता है। विभाजन के समय अन्तर्वीज का मुड़ा हुआ रेशा चिमटों की शक्ल के छोटे-छोटे टुकड़ों में बँट जाता है जिन्हें क्रोमोजोम्स (chromosomes) कहा जाता है। क्रोमोजोम यूनानी भाषा का शब्द है जिसका अर्थ है रंग

जाने वाला। अन्तर्वीज के मुड़े रेशे को क्रोमोजोम इसलिए कहा जाता है कि उसे रंगा जा सकता है और वह जल्द ही रंग जाता है। क्रोमोजोम की सख्या प्रत्येक जाति के प्राणी में निश्चित रहती है। सब क्रोमोजोम एक-से नहीं होते। कुछ लम्बे और पतले, कुछ छोटे और मोटे तथा कुछ सीधे और मुड़े हुए होते हैं। विभाजन के समय प्रत्येक क्रोमोजोम लम्बाई की ओर से दो टुकड़ों में टूट कर विरोधी दिशा में जाने लगता है। फिर सब क्रोमोजोम मिलकर जब कोष के दोनों सिरों पर अन्तर्वीज बन जाते हैं तब कोष बीचोबीच से दो भागों में टूट जाता है (चित्र ४)।

एक निरवयव कोष से उत्पन्न होने पर भी कोषों का विकास अलग-अलग दिशा में होता है। उनकी शकल भी विभिन्न प्रकार की होती है। कुछ कोष छोटे, कुछ गोल और कुछ बिस्कुट के आकार के होते हैं। कोषों की विभिन्नता और उनकी अपरिमित सख्या आश्चर्य की बात है। प्रत्येक कोष का अपना अलग अस्तित्व होता है। विकसित होने पर कुछ कोष मासपेशियों (muscles) के कोष बन जाते हैं, कुछ त्वचा के, कुछ हड्डियों के और कुछ स्नायुओं (nerves) के। ये विभिन्न कोष भी प्रतिक्रिया अलग अलग तरह से करते हैं। मासपेशीय कोषों में प्रतिक्रिया करते समय आकुचन (contraction) होता है, ग्लैंडों (glands) में स्राव और स्नायु-कोषों में न्यूरोनीय प्रेरणा (nervous impulse) का प्रवाह। अपना अलग-अलग अस्तित्व रखते हुए भी ये सब कोष शरीर के हित के लिए एक सगठित ढंग से काम करते हैं।

यद्यपि कोषों की विभिन्नता का कोई उचित कारण ज्ञात नहीं हो सका है, फिर भी उनकी विभिन्नता का कारण कोष के अन्दर होने वाली क्रियाओं को समझा जा सकता है। बहुत ही प्रारम्भिक अवस्था में कोष में तीन तर्हें होती हैं। त्वचा बाहरी तर्ह से बनती है, मासपेशियाँ (muscles) और हड्डियाँ बीच की तर्ह से बनती हैं और आन्तरिक अंगों का निर्माण अन्दर की तर्ह से होता है। तीनों तर्हें परस्पर अन्तर्क्रिया करके एक दूसरी को प्रभावित करती रहती हैं और अनेक तरह से मिलकर शरीर के विभिन्न अंगों को उत्पन्न करती हैं।

बच्चा : जन्म से पहले

जन्म से पहले गर्भ में बच्चे के निर्माण की तीन अवस्थाएँ होती हैं। पहली अवस्था को बीजकाल (germinal period), दूसरी को बुद्बुद् काल (embryonic period) और तीसरी को भ्रूणकाल (fetus period) कहा जाता है।

(१) बीजकाल—गर्भाधान होते ही पुरुष के शुक्रकीट (sperm) और स्त्री के डिम्ब (ovum) से मिलकर बना निरवयव कोष विभाजित होने लगता है। कोष विभाजित और विकसित होकर एक कठोर गेद-से बन जाते हैं। कुछ समय बाद इस गेद में तरल पदार्थ भर जाता है जिसके दबाव से भीतर के कोष बाहर के कोषों से अलग हो जाते हैं। इस प्रकार गेद में एक खोखला स्थान बन जाता है और भीतर के कोष तरल पदार्थ में तैरने लगते हैं। बाहरी कोष एक झिल्लीदार थैली का रूप धारण कर लेते हैं। यह थैली तरल पदार्थ में बीजरूप से रहने वाले कोषों की रक्षा करती है। बच्चे के जन्म होने के कुछ पहले यह थैली फट जाती है।

(२) बुद्बुद् काल—गर्भाधान के दो सप्ताह बाद से दो महीने तक बच्चा बुद्बुद् (embryo) अवस्था में रहता है। इस काल में वह अपने विकास तथा वृद्धि के लिए पोषक तत्व अपनी माँ के खून से लेता है और मल आदि को माँ के खून द्वारा बाहर निकालता है। यह काम एक पतली झिल्ली द्वारा होता है। माँ के खून के पोषक तत्व बच्चे को झिल्ली द्वारा छनकर मिलते रहते हैं। इस काल में कोषों में विभाजन और वृद्धि के साथ-साथ उनकी आन्तरिक रचना और शक्ल में भी परिवर्तन होने लगता है जिससे विभिन्न अंगों के चिह्न स्पष्ट होने लगते हैं। गर्भाधान के दो महीने बाद बुद्बुद् (embryo) में अग-विभेदन स्पष्ट होने लगता है और आँख, कान, हाथ, पैर, हड्डियों आदि विभिन्न अंगों के निर्माण का सकेत मिलने लगता है। इस अवस्था में संवेदनशीलता (sensitivity) और गतिबोध नहीं होता यद्यपि कुछ कोषों में घड़कन शुरू हो जाती है जिनसे बाद में हृदय का निर्माण होता है। अग-विभेदन के परिणाम-स्वरूप दो महीने के बाद बुद्बुद् मानवीय आकृति में परिवर्तित हो जाता है और तब उसकी तीसरी अवस्था भ्रूणकाल का प्रारम्भ होता है जो प्रसव तक चलती है।

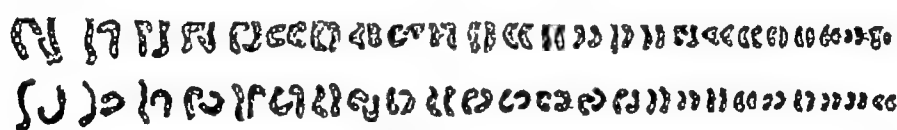
(३) भ्रूणकाल—इस काल में विभिन्न शारीरिक अंगों का विकास और वृद्धि बड़ी तेजी से होती है। मानवीय शरीर के लगभग सारे अंग पूर्णतया स्पष्ट हो जाते हैं और फेफड़ों, हृदय, मांसपेशियाँ (muscles), स्नायु (nerves) आदि अपनी-अपनी क्रिया करने योग्य हो जाते हैं।

बीजकाल से लेकर भ्रूणकाल तक के नौ महीनों में बच्चे के विकास को रचनात्मक ही कहा जा सकता है। जन्म से पहले बच्चे के उन सब शारीरिक अंगों की रचना हो चुकती है जो उसे जन्म के बाद व्यवहार करने योग्य बनाते हैं। इस रचनात्मक अवस्था में बच्चे के ऊपर अनेक प्रकार के प्रभाव पड़ते हैं जो उसके विकास की दिशा को निर्धारित करते हैं। कोई बच्चा अपनी माँ को

पड़ता है और कोई बाप को। बच्चे की आँख या देह का रङ्ग, उसकी शक्ल-सूरत, उसके गुण-अवगुण और अन्य विशेषताएँ बहुत-कुछ उसके माँ-बाप या माँ-बाप के पूर्वजों जैसी ही होती हैं। एक ही माँ-बाप के अनेक बच्चों में से कुछ लड़के और कुछ लड़की कैसे बनते हैं? वे अपने माँ-बाप या उनके पूर्वजों पर कैसे पड़ते हैं? इन महत्वपूर्ण प्रश्नों को समझने के लिए बच्चे पर पड़ने वाले आनुवंशिकता (heredity) के प्रभाव पर विचार करना आवश्यक है।

आनुवंशिकता—बच्चे का निर्माण एक निरवयव कोष से होता है। कोष के बीच में अन्तर्वीज होता है जिसमें विभिन्न लम्बाई की छड़े सी रहती हैं जिन्हें क्रोमोज़ोम्स (chromosomes) कहा जाता है। क्रोमोज़ोमों की सख्या विभिन्न प्राणियों में अलग-अलग होती है किन्तु मनुष्य में २४ जोड़े या ४८ क्रोमोज़ोम ही होते हैं। क्रोमोज़ोमों में और भी छोटे-छोटे रासायनिक पदार्थ होते हैं जिन्हें जीन (genes) कहा जाता है। माँ-बाप से प्राप्त होने वाली बच्चे की सारी विशेषताएँ, उसका रङ्ग, शक्ल-सूरत, गुण-अवगुण आदि का भौतिक आधार जीन (genes) में ही होता है। मानवी विशेषताओं का आधार जीन में होने से ही शायद मनुष्यों को 'जन' कहा जाता है। लैटिन भाषा के 'जीन' शब्द और संस्कृत भाषा के 'जन' शब्द एक ही धातु से बने हैं।

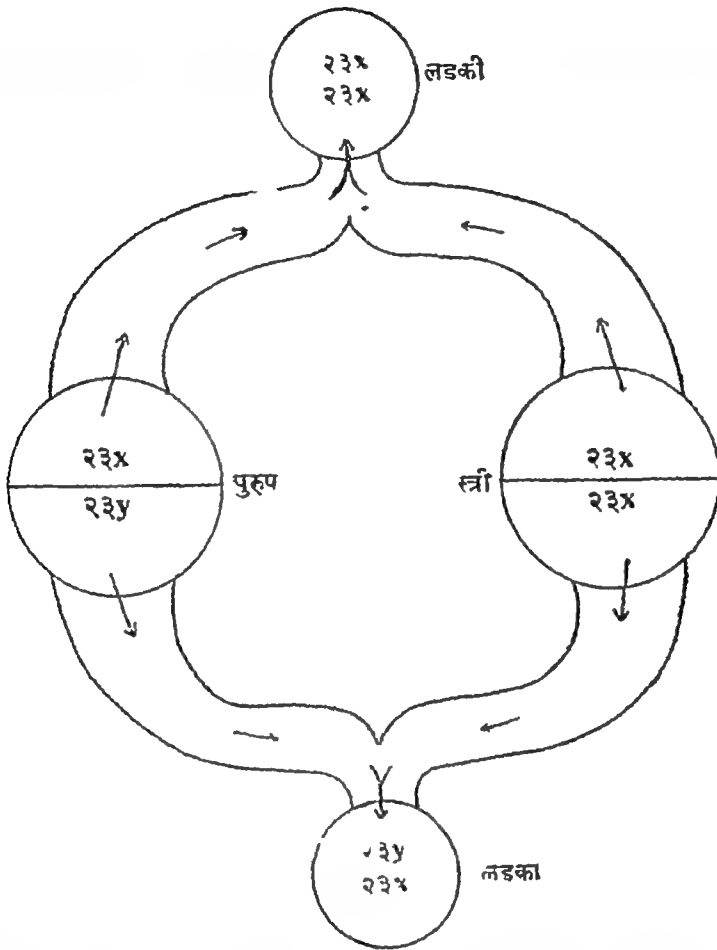
बच्चे का जन्म जिस निरवयव कोष से होता है उस कोष के ४८ क्रोमोज़ोमों में से बच्चा २४ माँ से और २४ बाप से प्राप्त करता है। इस प्रकार शुक्रकीट (sperms) और डिम्ब (ova) जब मिलते हैं तो वे अपने-अपने आधे जीन (genes) को छोड़ देते हैं जिससे माँ-बाप की अनेक विशेषताएँ नष्ट हो जाती हैं और बच्चे में नहीं जा पाती।



चित्र ५

चित्र ५ में ऊपर पुरुष के और नीचे स्त्री के क्रोमोज़ोमों की व्यवस्था दिखाई गई है। यहाँ उनका क्रम उनके आकार के अनुसार है किन्तु अन्तर्वीज (nucleus) में उनका क्रम अनियमित होता है। विल्कुल दाहिनी ओर पुरुष और स्त्री दोनों के क्रोमोज़ोमों के जोड़ों की तुलना कीजिये। उनमें जो अन्तर है उसे X और Y चिह्नों से बताया जाता है। पुरुष के क्रोमोज़ोमों का अन्तिम जोड़ा X Y होता है और स्त्री का X X होता है। X Y और X X क्रोमोज़ोमों के जोड़े ही बच्चे के सेक्स या लैंगिक भेद के निर्धारक होते हैं। गर्भाधान के समय माँ के डिम्ब (ovum), से २३ + X और बाप के शुक्रकीट

(sperm) से $23 + X$ क्रोमोजोम मिलने पर बच्चा लड़की और माँ के डिम्ब से $23 + X$ और बाप के शुक्रकोट से $23 + Y$ मिलने पर लड़का बनता है (चित्र ६)। पुरुष के X या Y क्रोमोजोम का स्त्री के X क्रोमोजोमो से मिलना सयोगपर निर्भर होता है, इसलिए बच्चे का लड़का या लड़की होना सयोग की ही बात है।



चित्र ६

माँ-बाप से प्राप्त दो तरह के क्रोमोजोम अपने को इस ढंग से व्यवस्थित कर लेते हैं कि एक ही प्रकार की क्रिया करने वाले जीन (gene) एक दूसरे के आमने-सामने पड़ जाते हैं। वे दोनों एक ही प्रकार की क्रिया करते हैं। एक ही माँ से उत्पन्न अनेक बच्चों में जो विभिन्नता होती है वह जीनो (genes) की विभिन्न प्रकार की व्यवस्था और उनके अनेक प्रकार के सहयोग से होती है। प्रत्येक जीन का क्रोमोजोम में एक विशेष स्थान तथा आनुवंशिकता में विशेष कार्य होता है। जीनो का कार्य अलग-अलग न होकर सामूहिक होता है। हर प्रकार की शारीरिक विशेषता कई जीनो के आपसी सहयोग का परिणाम होती है। किसी भी जीन की क्रिया बदल जाने पर व्यक्ति की उस जीन से सम्बन्धित विशेषता का पूरा रूप बदल सकता है। चूँकि बच्चे के जीनो का सगठन माँ के गर्भ में होता है इसलिए माँ को 'जननी' ठीक ही कहा जाता है।

वच्चे के क्रोमोजोमो के हर जोड़े में दो समान क्रिया करने वाले जीनो (genes) के प्रबन्ध का बहुत बड़ा महत्व है क्योंकि एक जीन के दूषित होने पर उसी जोड़े का दूसरा जीन उसकी सहायता के बिना अपने काम को अकेले ही कर लेता है। वच्चे की बहुत सी विशेषताओं को जीन अकेले ही निर्धारित करते हैं किन्तु कुछ विशेषताएँ जीनो तथा परिवेश (environment) के पारस्परिक सहयोग से प्रस्फुटित होती हैं और उनका प्रस्फुटन विभिन्न लोगो में विभिन्न प्रकार से होता है।

आनुवंशिकता की व्याख्या

वच्चा अपने माँ बाप से आनुवंशिक विशेषताओं को कैसे प्राप्त करता है ? इसकी व्याख्या के लिए अनेक सिद्धान्त प्रचलित हैं। नीचे उनमें से कुछ प्रमुख सिद्धान्तों पर विचार किया जायगा।

(१) वाइसमन का सिद्धान्त—इस सिद्धान्त के अनुसार वच्चे का निर्माण करने वाले कोष के विभेदन के परिणामस्वरूप जिन असंख्य कोषों का निर्माण होता है उनमें से कुछ कोष केवल पुनरुत्पादन के होते हैं। पुनरुत्पादक कोष शरीर रचना के काम में भाग नहीं लेते और एक पीढ़ी से दूसरी पीढ़ी को ज्यों के त्यों प्राप्त हो जाते हैं। पुनरुत्पादक कोषों की इस अविच्छिन्नता (continuity) की मान्यता के अनुसार माँ-बाप वच्चे को उत्पन्न करने वाले न होकर केवल पूर्वजों से प्राप्त होने वाले कोषों के संरक्षक ही होते हैं और वे उन कोषों को आगे की पीढ़ी को अविच्छिन्न रूप से दे देते हैं।

कोषों की अविच्छिन्नता का यह सिद्धान्त दोषपूर्ण है। वच्चे को निर्मित करने वाले सब कोष, उनके क्रोमोजोम और जीन, एक दूसरे से प्रभावित होते रहते हैं और सामूहिक रूप से क्रिया करते हैं। अतएव यह मान लेना निराधार है कि पुनरुत्पादन करने वाले कुछ कोष वच्चे की रचनात्मक अवस्था में अन्य कोषों के प्रभाव से अछूते तथा अप्रभावित रहते हैं।

(२) विकासवादी सिद्धान्त—लैमार्क और डार्विन ने आनुवंशिकता की व्याख्या विकासवाद की पृष्ठभूमि पर करने का प्रयत्न किया। लैमार्क के अनुसार जगत की उत्तेजनाओं के प्रति की गई प्रतिक्रियाओं के परिणाम-स्वरूप व्यक्ति में कुछ परिवर्तन और संशोधन होते हैं जो किसी सीमा तक उसकी अगली पीढ़ी को भी प्राप्त होते हैं। लगातार परिवर्तन और संशोधन होते रहने से कुछ पीढ़ियों के बाद प्राणी सर्वथा नवीन विशेषताएँ लेकर पैदा होता है जो उसके पूर्वजों में नहीं पाई जाती।

लैमार्क के सिद्धान्त के अनुसार वच्चे को अपने माँ-बाप की अर्जित विशेषताएँ प्राप्त होती हैं। उत्तेजनाओं के प्रति प्रतिक्रिया करने से व्यक्त में जो संशोधन

या परिवर्तन होते हैं वे आनुवंशिक नहीं होते, व्यक्ति उन्हें अपने माँ-बाप से न पाकर स्वयं अर्जित करता है। बच्चा अपने माँ-बाप की अर्जित विशेषताएँ भी प्राप्त करता है इसका कोई वैज्ञानिक आधार नहीं है। प्रयोगों से यह सिद्ध हो चुका है कि माँ-बाप द्वारा अर्जित विशेषताओं का उनके जीनों पर कोई प्रभाव नहीं पड़ता। फिर उनकी संतान उनकी अर्जित विशेषताओं को कैसे प्राप्त कर सकती है? बड़ई अपने बच्चे को बड़ईगीरी सिखा सकता है किंतु उसे आनुवंशिक दान के रूप में नहीं दे सकता। हमारे समाज में प्रचलित वर्ण-व्यवस्था के पीछे लैमार्क जैसे विचारकों के सिद्धान्त ही रहे होंगे जिनका आज कोई वैज्ञानिक आधार नहीं है।

डार्विन ने आने वाली पीढ़ियों में पाए जाने वाले सशोधनों तथा परिवर्तनों का कारण उनके परिवेश में माना है। परिवेश प्राणी का विरोधी होता है जिससे प्राणी को जी सकने के लिए परिवेश से निरन्तर संघर्ष करना पड़ता है। उस संघर्ष में दुर्बल प्राणी नष्ट हो जाते हैं और सबल अपने परिवेश में अनुकूल परिवर्तन करके अपना अस्तित्व बनाए रखते हैं। इस व्यापार को डार्विन ने प्राकृतिक चुनाव (natural selection) नाम दिया। प्राकृतिक चुनाव एक पीढ़ी के बाद दूसरी पीढ़ी में लगातार होता रहता है जिससे नष्ट हो जाने वाले प्राणियों की विशेषताएँ आने वाली पीढ़ी को प्राप्त नहीं होती।

(३) मेंडेलीय सिद्धान्त—ग्रेगर मेंडेल ने अपने प्रयोगों से डार्विन के विकासवाद और प्राकृतिक चुनाव के सिद्धान्त पर नया प्रकाश डाला। मेंडेल ने अपने प्रयोग मटर के पौधों पर किए थे। मटर के पौधों पर प्रयोग करने में यह सुविधा थी कि उनकी अनेक पीढ़ियों की आनुवंशिक विशेषताओं की परीक्षा की जा सकती थी। मेंडेल ने मटर की एक पीली फली को हरी फली से गर्भित कराया। इसके परिणामस्वरूप फलियाँ पीली ही हुईं। यद्यपि सब फलियों में पीला रंग प्रधान था किंतु उनमें हरे रंग की झलक भी थी। पीली-हरी फलियों को आपस में गर्भित कराने पर तीन फलियाँ पीली और एक शुद्ध हरी हुईं। तीन पीली फलियों में एक तो शुद्ध पीली थी और शेष दो में पीले रंग के साथ हरे रंग की झलक थी। अनेक बार गर्भित कराने पर भी उनका अनुपात यही रहता था—एक शुद्ध पीली, दो पीली-हरी और एक शुद्ध हरी।

मेंडेल के इस प्रयोग ने डार्विन के प्राकृतिक चुनाव के सिद्धान्त का खण्डन कर दिया। प्राकृतिक चुनाव के अनुसार पीली और हरी फलियों को गर्भित कराने से सभी फलियाँ पीले-हरे रंग के औसत रंग की होनी चाहिए थी जबकि मेंडेल के प्रयोग में दो फलियाँ औसत रंग की और दो शुद्ध रंग की हुईं।

मेन्डेल ने फलियो की अन्य विशेषताओं, बड़ी और छोटी, गोल और भुर्रियोदार, पर भी प्रयोग करके उसी परिणाम को देखा जिसे पीली और हरी फलियो के साथ देखा था। लम्बी फली को छोटी फली के बीज के साथ गर्भित कराए जाने पर पहली पीढ़ी में फलियाँ लम्बी हुईं। फिर जब उनको आपस में गर्भित किया गया तो तीन फलियाँ लम्बी और एक छोटी हुईं। छोटी फली शुद्ध छोटी थी और उसकी सारी पीढ़ियाँ छोटी हुईं। तीन लम्बी फलियो में एक शुद्ध लम्बी थी जिसकी सारी पीढ़ियाँ लम्बी हुईं। शेष दो लम्बी फलियो को गर्भित कराने पर चार फलियाँ हुईं। तीन लम्बी और एक छोटी। उनको गर्भित कराने पर फिर उपर्युक्त अनुपात प्राप्त होता रहा।

अपने प्रयोगों के आधार पर मेन्डेल ने यह सिद्धान्त बनाया कि पुनरुत्पादक कोष दो विभिन्न विशेषताओं में से केवल एक ही विशेषता का वाहक होता है। मटर के पौधों के पुनरुत्पादक कोष फलियो की बड़ेपन या छोटेपन और बीज के पीले या हरे रंग होने की दो विशेषताओं में से केवल एक ही के वाहक होते हैं। पहले तो मेन्डेल के इस सिद्धान्त पर सन्देह किया जाता रहा किंतु लायड मॉर्गन की खोजों से बाद में मेन्डेल के सिद्धान्त की सत्यता निर्विवाद हो गई। मेन्डेलीय सिद्धान्त के अनुसार पुनरुत्पादक कोषों की विशेषतायें आगे की पीढ़ियों को एक निश्चित अनुपात में प्राप्त होती हैं जिसका पूर्व अनुमान कर सकना सम्भव है। मेन्डेलीय सिद्धान्त मनुष्यों पर भी लागू होता है।

मेन्डेलीय सिद्धान्त की व्याख्या—गर्भाधान के समय माँ-बाप से प्राप्त होने वाले दो तरह के क्रोमोजोम अपने को इस ढंग से व्यवस्थित कर लेते हैं कि एक ही प्रकार की क्रिया करने वाले जीन एक दूसरे के आमने-सामने आ जाते हैं। आमने-सामने के दोनों जीन एक ही प्रकार की क्रिया करते हैं चाहे उनकी क्रिया एक ही दिशा में हो या विरोधी दिशा में। क्रोमोजोम के एक जोड़े के दोनों जीनों के एक ही दिशा में काम करने पर उनकी विशेषता बच्चे में प्रस्फुटित होती है, विरोधी दिशा में काम करने पर बच्चे में या तो उन दोनों जीनों की विशेषता का मध्यम रूप प्रस्फुटित होता है या एक जीन दूसरे जीन की क्रिया को विल्कुल दबा देता है और अपनी ही विशेषता प्रस्फुटित करता है। दो जीनों में जो अधिक प्रभावशाली होता है तथा जो दूसरे जीन के रहते हुए भी अपना ही प्रभाव प्रस्फुटित करता है उसे प्रभुताशाली (dominant) जीन कहा जाता है और जिस जीन का प्रभाव दब जाता है उसे प्रभुताहीन (recessive) जीन कहा जाता है। प्रभुताहीन जीन ज्यों-का-त्यों बना रहता है और अगली पीढ़ी को मिलता है। अगली पीढ़ी में यदि उसका मेल दूसरे प्रभुताहीन जीन से हो जाता है तो उसका प्रभाव प्रस्फुटित होता है।

आँखों का काला रंग प्रभुताशाली होता है और नीला रंग प्रभुताहीन । बच्चा अपनी आँख के रंग के निर्धारक दो जीन प्राप्त करता है, एक माँ से और एक बाप से । यदि बच्चा अपने माँ-बाप से आँखों के काले रंग को निर्धारित करने वाले दो जीन (genes) प्राप्त करे तो उसकी आँखें काली होंगी और यदि एक जीन काले रंग का और एक नीले रंग का प्राप्त करे तो भी उसकी आँखें काले रंग की होंगी क्योंकि काला रंग प्रभुताशाली (dominant) होता है जिससे वह प्रभुताहीन (recessive) नीले रंग को दबा देता है । बच्चे की आँखें नीले रंग की तभी हो सकती हैं जब वह नीले रंग के दो प्रभुताहीन जीनों को प्राप्त करे । बच्चे का अपने माँ या बाप को पडना उनसे प्राप्त होने वाले प्रभुताशाली जीनों पर निर्भर होता है । अगर बच्चा अपने माँ या बाप को नहीं पड़ता तो इसका अर्थ यह है कि उसने अपने माँ-बाप में प्रकट न होने वाले ऐसे प्रभुताहीन जीनों को प्राप्त किया है जो उसके माँ-बाप के पूर्वजों में अवश्य प्रकट रहे होंगे । माँ के कुलटा होने पर ही बच्चा अपने माँ-बाप या उनके पूर्वजों को नहीं पड़ेगा ।

परिवेश का प्रभाव

मनुष्य के परिवेश के दो पक्ष होते हैं—जन्म से पहले और जन्म के बाद । जन्म के पहले का परिवेश अन्तर्कोषीय (intercellular) होता है । मनुष्य को निर्मित करने वाले कोष एक दूसरे से घिरे रहते हैं और एक दूसरे को अनेक प्रकार से प्रभावित करते हैं । कोष न केवल एक दूसरे को ही प्रभावित करते हैं किन्तु वे दूरस्थ आन्तरिक शारीरिक क्रियाओं जैसे रक्त-प्रवाह आदि से स्वयं भी प्रभावित होते रहते हैं । गर्भस्थित बच्चे को माँ की आन्तरिक शारीरिक स्थितियाँ भी अनेक प्रकार से प्रभावित करती रहती हैं ।

जन्म के बाद बच्चा बाहरी परिवेश से अनेक तरह से प्रभावित होने लगता है । धर्म, सामाजिक प्रथाएँ, नैतिक आदर्श, राजनैतिक परिस्थितियाँ, आमोद-प्रमोद के साधन आदि का प्रभाव बाहरी परिवेश होता है । बाहरी परिवेश के प्रभावों से ही मनुष्य में व्यक्तिगत भेद पैदा होते हैं । व्यक्तिगत भेदों को उत्पन्न करने में आनुवशिकता या परिवेश दोनों में किसका सापेक्षिक महत्व अधिक होता है इस प्रश्न का निर्णय करना कठिन है । जन्म के बाद का परिवेश इतना परिवर्तनीय और अकथनीय होता है कि वह व्यक्ति के विकास में आनुवशिकता और परिवेश के सापेक्ष प्रभाव के प्रश्न को और भी जटिल बना देता है । दोनों का सापेक्ष प्रभाव जानने के लिए एक उपाय यही हो सकता है कि आनुवशिकता और परिवेश में से एक को वारी-वारी से स्थायी बनाकर दूसरे को नियमित रूप से परिवर्तित करके यह देखा जाय कि व्यक्ति के विकास पर किसका सापेक्ष प्रभाव ज्यादा पड़ता है ।

किन्तु मनुष्यो पर उपर्युक्त ढंग से आनुवशिकता और परिवेश के प्रयोग कर सकना कठिन है। हाँ, जुडवाँ बच्चो पर प्रयोग करके परिवेश के प्रभाव को देखा जा सकता है। जुडवाँ बच्चो की आनुवशिकता लगभग एक-सी ही होती है। किन्तु उनका परिवेश एक-सा न होकर अलग-अलग और सदा परिवर्तित होने वाला होता है।

परिवेश को स्थायी रखकर आनुवशिक परिवर्तन करने के प्रयोग केवल पशुओ पर ही किए जा सकते हैं क्योंकि मनुष्यो का परिवेश एक-सा और स्थायी नहीं होता। पशुओ के परिवेश (खाने, प्रकाश, तापक्रम और अन्य बातों) पर पूरा नियन्त्रण करके उसे स्थायी बनाया जा सकता है।

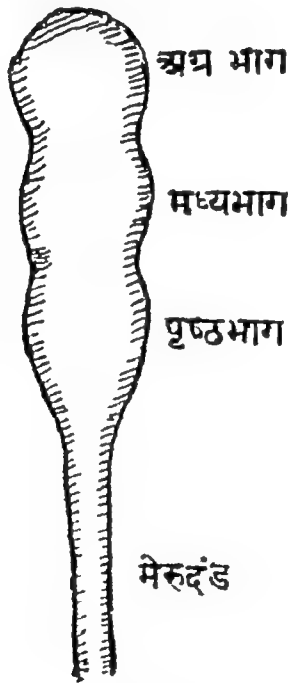
आनुवशिकता और परिवेश पर किए गए प्रयोगो से यह पता चला है कि दोनो में से चाहे किसी को स्थायी रखा जाय और चाहे किसी को परिवर्तित किया जाय लेकिन दोनो ही दशाओ मे परिवर्तन मनोवैज्ञानिक विशेषताओ मे ही होते हैं। किन्तु बड़ी सम्भावना यह है कि शारीरिक विकासगत भेदो और बुद्धि पर आनुवशिक प्रभाव ज्यादा पडता है जबकि परिवेश से व्यक्तिगत विशेषताएँ ही ज्यादा प्रभावित होती हैं।

बच्चे जन्मत अप्रकृत (abnormal) आन्तरिक परिवेश के दूषित होने से होते हैं। जन्मत अप्रकृत होने के कई कारण हो सकते हैं। गर्भ में बच्चे की स्थिति अगर प्रकृत विकास के अनुकूल न हो तो बच्चे के अङ्ग अप्रकृत बन जाते हैं। माँ के रक्त प्रवाह से उचित मात्रा में कैल्शियम न मिलने से शरीर का ढाँचा विकृत बन जाता है। ऐसे विकार आन्तरिक परिवेश की किसी दुर्घटना का ही परिणाम होते हैं।

बच्चो के आनुवशिक दोष अन्तर्कोषीय जटिल सम्बन्धो में कोई व्यतिक्रम होने से पैदा होते हैं। उदाहरण के लिए कभी-कभी किसी बच्चे मे जन्म के समय कोई अङ्ग विशेष ही नहीं होता और किसी-किसी मे फालतू अङ्ग भी होता है। किसी-किसी बच्चे का हृदय दाहिनी ओर होने का उदाहरण भी मिला है। कोई पुरुष-बच्चा बाद में स्त्री बन जाता है। ऐसे विभिन्न विकारो का कारण आनुवशिक ही हो सकता है।

परिधीय और केन्द्रीय स्नायु-प्रबन्ध

प्राणी के पास व्यवहार करने का साधन है उसका शरीर—‘शरीरमाद्यं खलु धर्मसाधनम्।’ व्यवहार करने के लिए शरीर में स्नायु-प्रबन्ध (Nervous System) होता है जिसके दो भाग किए जा सकते हैं : परिधीय प्रबन्ध (peripheral system) और केन्द्रीय प्रबन्ध (central system)। परिधीय और केन्द्रीय प्रबन्ध की रचना कोषों के विभाजन और उनकी विभिन्नता से होती है। विकास की प्रारम्भिक अवस्था में जब प्राणी व्यवहार कर सकने योग्य भी नहीं होता परिधीय और केन्द्रीय प्रबन्धों की रचना एक ट्यूब की भाँति दिखाई पड़ने वाले अङ्ग से होती है। इस ट्यूब के ऊपरी भाग की रचना तीन बल्बों जैसी होती है (चित्र ७)।



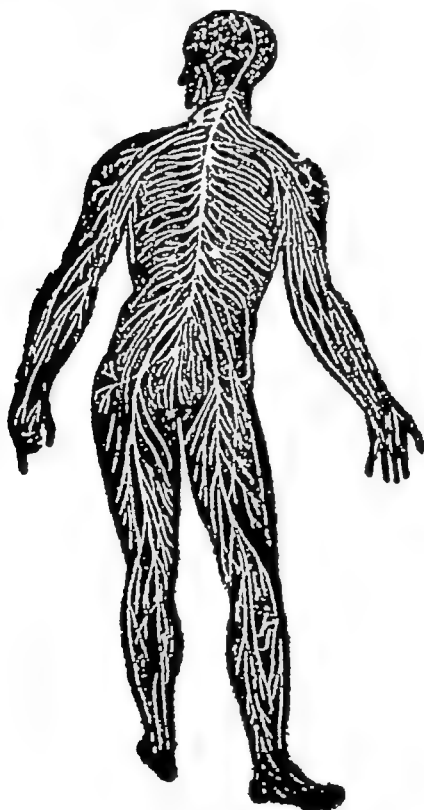
चित्र ७

केन्द्रीय रचना ट्यूब के बल्बों से होती है और उसके अन्तर्गत मस्तिष्क (brain) तथा उसके विभिन्न भाग आते हैं। ट्यूब के नीचे के भाग से मेरुदण्ड (spinal cord) की रचना होती है। मेरुदण्ड से असंख्य स्नायु

(nerves) निकलते हैं और मानवी शरीर की सारी परिधि में फैलकर शरीर के परिधीय (peripheral) प्रबन्ध का निर्माण करते हैं। प्राणी का सारा व्यवहार उसके परिधीय प्रबन्ध के माध्यम से और व्यवहार का संचालन और नियन्त्रण केन्द्रीय प्रबन्ध द्वारा होता है।

परिधीय प्रबन्ध

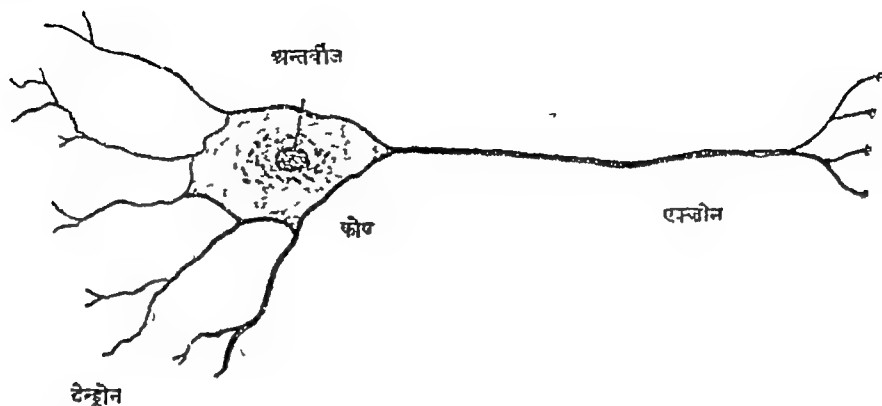
शरीर की सारी परिधि में स्नायुओं (nerves) का एक जाल-सा फैला रहता है (चित्र ८) और प्रत्येक स्नायु मेरुदण्ड और मेरुदण्ड द्वारा केन्द्रीय प्रबन्ध से सम्पर्क रखता है। स्नायुओं का निर्माण जिन कोषों से होता है उन्हें स्नायु कोष या न्यूरोन (neurone) कहा जाता है और उनमें शरीर के अन्य कोषों की अपेक्षा अधिक सुविकारिता (irritability) होती है जिससे वे अनुकूल या प्रतिकूल उत्तेजनाओं के प्रति भावात्मक या अभावात्मक प्रतिक्रिया अच्छी तरह कर सकने की योग्यता रखते हैं।



चित्र ८

न्यूरोन—स्नायुकोष या न्यूरोन हजारों छोटे-छोटे रेशों से निर्मित होता है। न्यूरोन के एक ओर अनेक शाखाएँ सी निकली होती हैं जिन्हें डेन्ड्रोन (dendrone) कहते हैं। डेन्ड्रोन का काम उत्तेजना ग्रहण करना होता है। न्यूरोन के

दूसरी ओर एक लम्बी डुम सी होती है जिसे एकजोन (axon) कहते हैं (चित्र ६)। एकजोन का काम उत्तेजना को मनस् या मेरुदंड तक पहुँचाना होता है।

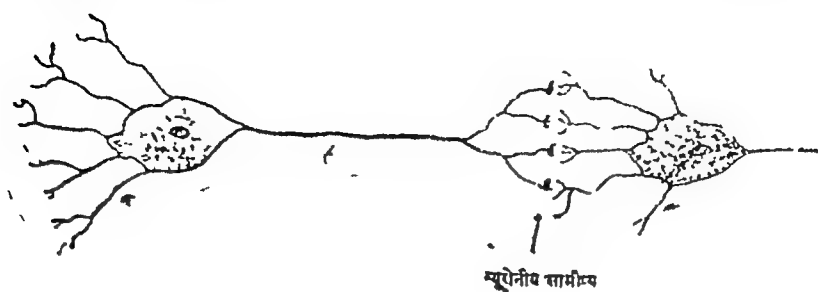


चित्र ६

न्यूरोन के डेन्ड्रोन शरीर के ग्राहको (आँख, कान, नाक, मुँह आदि) से सम्पर्क रखते हैं। जिस जगह एक न्यूरोन का एकजोन खत्म होता है वही से दूसरे न्यूरोन का डेन्ड्रोन शुरू हो जाता है जिससे पहले न्यूरोन के एकजोन से आई उत्तेजना को दूसरे न्यूरोन का डेन्ड्रोन ग्रहण कर लेता है और अपने एकजोन द्वारा आगे बढ़ा कर तीसरे न्यूरोन तक पहुँचा देता है। उत्तेजना तीसरे न्यूरोन से चौथे, चौथे से पाँचवें और इसी तरह अनेक न्यूरोनों से होकर उस एकजोन में पहुँच जाती है जो किसी कर्मेन्द्रिय से सम्पर्क रखता है और तब वह कर्मेन्द्रिय प्रतिक्रिया करती है।

न्यूरोनीय सामीप्य—कोई न्यूरोन जिस स्थान पर दूसरे न्यूरोन से सम्पर्क रखता है उस स्थान को न्यूरोनीय-सामीप्य (synapse) कहते हैं (चित्र १०)। किसी न्यूरोन का एकजोन दूसरे न्यूरोन के डेन्ड्रोन से सामीप्य ही रखता है, उससे जुड़ा नहीं होता और अपनी अलग सत्ता रखता है। प्रतिक्रियाओं की विविधता न्यूरोनीय-सामीप्यों द्वारा ही सम्भव होती है। किसी न्यूरोन के डेन्ड्रोन अन्य न्यूरोनों के एकजोनों से अनेक न्यूरोनीय-सामीप्य रख सकते हैं। उत्तेजना न्यूरोन के एकजोन से दूसरे न्यूरोन के डेन्ड्रोन की ओर न्यूरोनीय-सामीप्य से होकर जाती है। न्यूरोनीय सामीप्य उत्तेजना के उन्मुक्त प्रवाह में बाधा डालता है। प्रबल या बार बार किए जाने वाले काम की उत्तेजना न्यूरोनीय सामीप्य के प्रतिरोध को तोड़कर अपनी दिशा बड़ी सुगमता से निर्धारित कर लेती है। प्रत्येक न्यूरोन अनेक न्यूरोनों के एकजोनों से उत्तेजना ग्रहण कर सकता है। अनेक उत्तेजनाएँ एक ही न्यूरोन पर आकर मिल सकती हैं और एक ही प्रतिक्रिया अनेक न्यूरोनों को प्रभावित कर

सकती है। साँस लेने के केन्द्र में न्यूरोनीय प्रेरणा केवल फेफड़ों से ही नहीं आती बल्कि अन्य बोधवाहक न्यूरोनो की प्रेरणाएँ भी आती हैं जिससे साँस लेने



चित्र १०

की क्रिया में दुखद उत्तेजना, कान फाड़ डालने वाली आवाज या त्वचा पर ठंडा पानी पड़ने के समय आसानी से सशोधन हो जाता है।

उत्तेजना और न्यूरोन—उत्तेजना मिलने पर स्नायुकोष (nerve-cell) में संचित शक्ति उन्मुक्त हो जाती है जिससे न्यूरोनो में एक प्रकार का विद्युत-रासायनिक (electro-chemical) प्रवाह होने लगता है जिसे न्यूरोनीय प्रेरणा (nervous-impulse) कहा जाता है। उत्तेजना मिलने से बोधवाहक न्यूरोन के डेन्ड्रोन पर न्यूरोनीय प्रेरणा का प्रादुर्भाव होता है। न्यूरोनीय प्रेरणा मनस् या मेरुदण्ड में जाती है और वहाँ अनेक प्रकार से संगठित होकर मास-पेशियो (muscles) में जाती है जिसके परिणाम स्वरूप कोई न कोई प्रतिक्रिया होती है। न्यूरोनीय प्रेरणा के प्रवाह को आगे सक्षिप्त रूप से शक्ति का प्रवाह भी कहा जायगा।

न्यूरोनो में होने वाला विद्युत-रासायनिक प्रवाह बहुत क्षीण होता है और बहुत कम शक्ति की अपेक्षा रखने पर भी न्यूरोन मनस् को उत्तेजित कर मासपेशियो से प्रतिक्रिया करा लेता है। न्यूरोनीय प्रेरणा की गति लगभग ७५ गज प्रति सेकण्ड होती है किन्तु वह सदा निर्बाध नहीं रहती। नींद, मूर्च्छा, थकान आदि की अवस्था में न्यूरोनीय प्रेरणा का अवरोध होता है वह अवरोध न्यूरोनीय-सामीप्य पर होता है। सन्देह, दुविधा और चिन्तन आदि में न्यूरोनीय प्रेरणा का अवरोध मनस् के अन्दर न्यूरोनीय-सामीप्यो पर होता है जिससे काम करने में देर लगती है।

एक प्रश्न यह उठाया जा सकता है कि जब उत्तेजना नहीं मिलती तब शरीर के अन्दर क्या होता रहता है? शरीर के अन्दर क्रियाएँ-प्रतिक्रियाएँ निरन्तर होती रहती हैं। न्यूरोनीय प्रेरणा के आने पर शरीर के अन्दर होने वाली क्रियाओं में सशोधन हो जाता है। शरीर के भीतर साधारण प्रतिक्रियाएँ सदा

होती रहती है और मानवी शरीर के भीतर होने वाला सारा व्यापार उन्हीं साधारण प्रतिक्रियाओं से निर्मित होता है ।

न्यूरोनों के भेद—न्यूरोन तीन प्रकार के होते हैं . बोधवाहक (sensory), क्रियावाहक (motor) और सयोजक (connector) । बोधवाहक न्यूरोनो के डेन्ड्रोन आँख, कान, रसना, नाक या त्वचा आदि किसी बोधेन्द्रिय में रहते हैं और एकजोन मनस् या मेरुदण्ड में जाते हैं । बोधवाहक न्यूरोन अपने डेन्ड्रोन द्वारा उत्तेजना ग्रहण करता है और उसे अपने एकजोन द्वारा मनस् या मेरुदण्ड में भेजता है । यदि किसी आँख का कोई बोधवाहक न्यूरोन कट जाय तो मनुष्य उस आँख से देख नहीं सकता क्योंकि तब मनस् को आँख द्वारा ग्रहण की गई उत्तेजना का बोध नहीं हो सकता ।

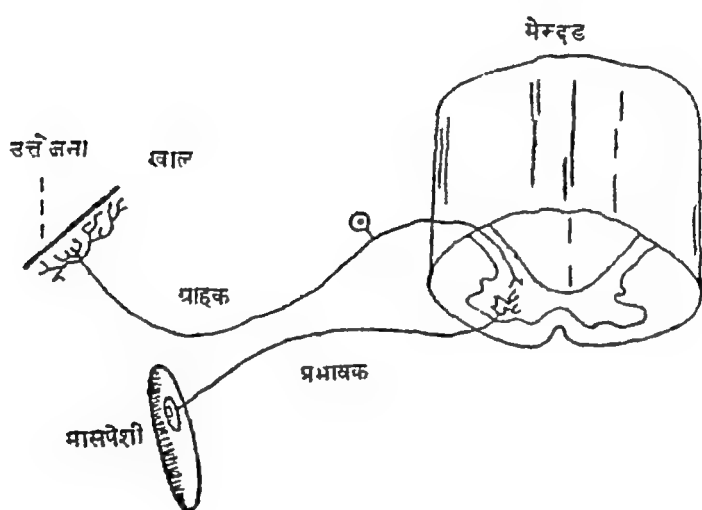
क्रियावाहक न्यूरोन के डेन्ड्रोन मनस् या मेरुदण्ड में रहते हैं और एकजोन मासपेशियों में । क्रियावाहक न्यूरोन का काम मनस् या मेरुदण्ड से आदेश पाकर उसे किसी मासपेशी में पहुँचा देना होता है जिससे वह मासपेशी मनस् या मेरुदण्ड के आदेश के अनुसार काम कर सके । यदि दुर्घटना से कोई क्रियावाहक न्यूरोन नष्ट हो जाय तो उससे सम्बन्धित मासपेशी मनस् या मेरुदण्ड से आदेश न पा सकने के कारण बकार हो जाती है ।

सयोजक न्यूरोनो का काम बोधवाहक और क्रियावाहक न्यूरोनो में सम्बन्ध स्थापित करना होता है । सयोजक न्यूरोन मनस् में सबसे अधिक होते हैं जिससे मनस् में लाखों न्यूरोनीय-सामीप्य होते हैं । सयोजक न्यूरोन द्वारा उत्तेजनाओं और प्रतिक्रियाओं में उचित सगठन होता है । सयोजक न्यूरोनो के अभाव में बोधवाहक और क्रियावाहक न्यूरोनो में कोई क्रियात्मक सम्बन्ध नहीं हो सकता ।

मनुष्य के शरीर में असंख्य बोधवाहक और क्रियावाहक न्यूरोन होते हैं और प्रत्येक न्यूरोन का काम अलग-अलग होता है । यदि एक ही न्यूरोन अनेक प्रकार की उत्तेजनाएँ ग्रहण करता तो सारा मानवी व्यवहार आकस्मिक और विच्छिन्न होता । प्रत्येक न्यूरोन का काम अलग-अलग बँटा होने और उन सबका संचालन एक ही केन्द्र (मनस् या मेरुदण्ड) से होने के कारण मनुष्य कई काम एक साथ कर सकता है और अनेक कामों के साथ-साथ होते रहने पर भी पूरे शरीर का व्यवहार एक सतुलित और व्यवस्थित इकाई बना रहता है ।

न्यूरोनीय क्रियाएँ—उत्तेजना मिलने पर बोधवाहक न्यूरोन न्यूरोनीय प्रेरणा को क्रियावाहक न्यूरोन तक पहुँचा देता है जिससे प्रतिक्रिया होती है । बोधवाहक

न्यूरोनीय प्रेरणा का क्रियावाहक न्यूरोनीय प्रेरणा में परिवर्तित हो जाना प्रक्षिप्त क्रिया (reflex action) कहलाता है। प्रक्षिप्त क्रिया बोधवाहक उत्तेजना के प्रति होने वाली तत्कालिक मासपेशीय या ग्लैंडीय (glandular) प्रतिक्रिया होती है। प्रक्षिप्त क्रिया अनायास (involuntary) होती है, उसे सीखना नहीं पड़ता। जब प्रक्षिप्त क्रिया केवल एक बोधवाहक, एक संयोजक और एक क्रियावाहक न्यूरोन द्वारा होती है तो प्रक्षिप्त क्रिया के द्वार को प्रक्षिप्त चाप (reflex arc) कहा जाता है (चित्र ११)।



चित्र ११

प्राणी का लगभग सारा शारीरिक व्यवहार प्रक्षिप्त क्रियाओं से निर्मित होता है। प्रक्षिप्त क्रिया पर प्राणी का कोई अधिकार नहीं होता। प्रक्षिप्त क्रियाएँ प्राणी की मूल प्रवृत्तियों की विशेषताओं का परिणाम होती हैं जिनका उपयोग वह जीवन भर अनायास करता रहता है। प्रक्षिप्त क्रियाओं पर प्रश्न उठाना उतना ही निरर्थक है जितना यह पूछना कि चलने के लिए पैर और पकड़ने के लिए हाथ क्यों होते हैं। प्रक्षिप्त क्रियाएँ प्राणी के शारीरिक निर्माण की अनिवार्य देन होती हैं।

मूलप्रवृत्तियाँ और प्रक्षिप्त क्रियाएँ—शरीर के प्रत्येक जीवित कोष का व्यवहार कुछ मूलप्रवृत्तियों की अभिव्यक्ति होता है। मूलप्रवृत्तियों को कोषों के व्यवहार के अध्ययन से ही जाना जा सकता है। अपनी मूलप्रवृत्तियों के कारण ही कोष परिवेश के प्रति उन प्रतिक्रियाओं को कर पाता है जिन पर जीवन निर्भर होता है। जीवन के लिए पोषक तत्वों की जरूरत होती है जो अन्न आदि से मिलते हैं। अन्न में रासायनिक द्रव्य होते हैं, इसलिए परिवेश से रासायनिक द्रव्यों के

प्रति प्रतिक्रिया करना प्राणी के शरीर की पहली मूलप्रवृत्ति है । इस रासायनिक द्रव्योन्मुखी प्रवृत्ति (chemotaxis) को आत्मरक्षण की मूलप्रवृत्ति कहा जा सकता है । प्राणी के शरीर की दूसरी मूलप्रवृत्ति तापक्रम से नियमन करना है । अन्न आदि के अतिरिक्त जीवन को बनाए रखने के लिए एक निश्चित तापक्रम का होना भी जरूरी है । तापक्रम का असर अन्न आदि की पैदावार पर भी पड़ता है । जनसंख्या के वितरण में तापक्रम की मूलप्रवृत्ति ही काम करती है । तापक्रमोन्मुखी मूलप्रवृत्ति (thermotaxis) के कारण हम गर्मियों में पहाड़ पर जाते हैं और जाड़े में अँगोठी से तापते हैं । प्रकाश की खोज करना प्राणी की तीसरी मूलप्रवृत्ति है । सूर्योन्मुखी प्रवृत्ति (heliotaxis) वनस्पति जगत में बहुत होती है । सूरजमुखी फूल सूर्योन्मुखी प्रवृत्ति का सुन्दर उदाहरण है । प्रकाश प्राणी को भोजन ढूँढने और खतरे से बचाने में ही मदद नहीं देता बल्कि प्रकाश से मिलने वाली अल्ट्रावायलेट किरणें स्वास्थ्य के लिए लाभदायक होती हैं । प्राणी की चौथी मूलप्रवृत्ति हवा इत्यादि प्राकृतिक शक्तियों के दबाव से अपना नियमन करना है । हमारा शरीर हवा के दबाव से ही अविच्छिन्न बना रहता है । यदि हवा का दबाव न हो तो शरीर के टुकड़े टुकड़े हो जायें । इसी मूलप्रवृत्ति के कारण धुएँ और घनी हवा में हमारा दम घुटने लगता है, हम खुली जगह पर मकान बनवाते हैं और शाम को वायु-सेवन के लिए जाते हैं ।

मूलप्रवृत्तियों और प्रक्षिप्त क्रियाओं में कुछ भेद किए जा सकते हैं । मूलप्रवृत्तियाँ कोषों के व्यवहार का अनिवार्य परिणाम होती हैं और प्रक्षिप्त क्रियाएँ न्यूरोनो के व्यवहार का । प्रक्षिप्त क्रियाएँ शरीर के कोषों की मूल-प्रवृत्तियों की सेवक होती हैं ।

प्रक्षिप्त क्रिया उत्तेजना के अभाव में नहीं होती । जब तक तेज रोशनी नहीं आती तब तक पलकें बन्द नहीं होती । किंतु मूलप्रवृत्ति हमें आने वाली स्थिति का सामना करने के लिए पहले से ही तैयार करती है । प्रक्षिप्त क्रिया यंत्रवत् होती है । मूलप्रवृत्ति में उद्देश्य प्राप्ति के लिए किए गए व्यवहार में आवश्यक परिवर्तन भी होता है जो प्रक्षिप्त क्रिया में नहीं होता । हमें प्रक्षिप्त क्रिया का पहले कोई स्पष्ट ज्ञान नहीं होता जबकि मूलप्रवृत्ति के उद्देश्य का ज्ञान हमें पहले से रहता है । प्रक्षिप्त क्रिया स्थानीय होती है किन्तु मूलप्रवृत्ति का प्रभाव सारे शरीर पर पड़ता है ।

यदि न्यूरोनो में आत्मप्रेरित क्रमिक आकुंचन (automatic successive contraction) होता चला जाय तो उसे प्रक्षिप्त शृंखला (chain-reflex) कहा जाता है । प्रक्षिप्त शृंखला साधारण प्रक्षिप्त क्रियाओं की

माला होती है जिसकी हर क्रिया अपने बाद की क्रिया को प्रेरित करती जाती है। चलना प्रक्षिप्त शृंखला का अच्छा उदाहरण है। फर्श को देख कर हमें चलने की उत्तेजना मिलती है, चलने की उत्तेजना पैर की मासपेशी को उत्तेजित करती है और पैर उठता है, पैर के उठने से शरीर असंतुलित हो जाता है और शारीरिक असंतुलन से पैर आगे रखने की उत्तेजना मिलती है, पैर के तलवे से फर्श का स्पर्श पैर की मासपेशियों में आवश्यक आकुचन कर देता है जिससे पैर शरीर का भार सभाल ले। इसी प्रकार एक क्रिया तत्काल दूसरी क्रिया को प्रेरित करती रहती है। यही प्रक्षिप्त शृंखला है।

जब किसी मासपेशी में आकुचन (contraction) होता है तो वह मासपेशी अपने अन्दर स्थित छोटे छोटे बोधागो (sense organs) को उत्तेजित करती है। मासपेशी के वे बोधाग क्रियावाहक स्नायु द्वारा मेरुदण्ड से सम्बन्धित होते हैं। मासपेशी के आकुचन से उत्पन्न होने वाली उत्तेजना मेरुदण्ड में संप्रेषित (transmit) होती है और अपने निर्गम के लिए मार्ग चाहती है और कोई मार्ग न मिलने पर वह उसी मार्ग की ओर प्रवाहित होने लगती है जो उसे लाने के समय पहले खुल चुका था। नतीजा यह होता है कि इस प्रकार मासपेशी का आकुचन अपने आप पुनर्शक्त (reinforce) होता रहता है। मासपेशी के आकुचन के स्वतः पुनर्शक्त होते रहने की क्रिया को प्रक्षिप्त चक्र (circular reflex) कहा जाता है। चाभियों के गुच्छे से खेलते रहना या पैर हिलाते रहना प्रक्षिप्त चक्र के उदाहरण हैं।

न्यूरोनीय क्रियाओं के नियम—न्यूरोनीय क्रियाओं की विशेषताओं के आधार पर न्यूरोनीय क्रियाओं के कुछ नियम बनाए जा सकते हैं। न्यूरोनो पर विचार करते समय न्यूरोनीय क्रिया सम्बन्धी कुछ विशेषताओं का उल्लेख किया गया था। पहली विशेषता यह थी कि न्यूरोनीय प्रेरणा का प्रवाह सदा डेन्ड्रोन से एक्जोन की ओर होता है इसलिए डेन्ड्रोनो का पता चल जाने पर न्यूरोनीय प्रेरणा के प्रादुर्भाव का स्थान और उसके प्रवाह की दिशा का पता आसानी से लगाया जा सकता है।

न्यूरोनीय क्रिया की दूसरी विशेषता पर न्यूरोनीय सामीप्य के प्रसंग में प्रकाश डाला गया था। थकान, नीद, मूर्च्छा, सन्देह, दुविधा, चिंतन आदि के समय न्यूरोनीय प्रेरणा के प्रवाह में अवरोध (inhibition) होता है और वह अवरोध न्यूरोनीय-सामीप्य (synapse) पर होता है। यह न्यूरोनीय क्रिया की एक और विशेषता है। किन्तु इन विशेषताओं के अतिरिक्त न्यूरोनीय क्रियाओं की कुछ और विचारणीय विशेषताएँ भी हैं।

क्या आप कभी आत्मविभोर होकर ठगे से नहीं रह गए हैं ? क्या आप कभी हँसते हँसते लोटपोट नहीं हुए हैं ? क्या आपने कभी आश्चर्य चकित हो आँखें फाड़ फाड़ कर नहीं देखा है ? यदि आप को ऐसा अनुभव हुआ है तो आपने देखा होगा कि आप ऐसे क्षणों में बिल्कुल निष्क्रिय और स्तम्भित हो जाते हैं । आपके इस अनुभव से न्यूरोनीय क्रिया की एक और विशेषता पता चलती है कि यदि कोई प्रक्षिप्त द्वार तीव्रता से उत्तेजित हो जाय तो वह कुछ क्षणों के लिए सञ्ज्ञाशून्य हो जाता है और अपनी सञ्ज्ञाशून्यता के समय (refractory period) वह दुबारा उत्तेजित नहीं किया जा सकता ।

किसी मासपेशी या स्नायु में शक्ति एक निश्चित मात्रा में रहती है और मासपेशी या स्नायु के उत्तेजित होने पर क्रिया में पूरी शक्ति का व्यय होता है, उसके किसी अंश का नहीं । पल भर में मासपेशी या स्नायु में शक्ति फिर आ जाती है । मासपेशी सदा अपनी पूरी शक्ति के साथ प्रतिक्रिया करती है । किन्तु देखा यह जाता है कि प्रतिक्रिया उत्तेजना की तीव्रता के अनुपात से होती है । जितनी तीव्र उत्तेजना होगी उतनी तीव्र प्रतिक्रिया होगी । लेकिन इससे मासपेशी या स्नायु विषयक उपर्युक्त कथन का विरोध नहीं होता । तीव्र उत्तेजना स्नायु या मासपेशी के अनेक रेशों (fibres) को उत्तेजित करती है । दूसरे, तीव्र उत्तेजना से न्यूरोनीय प्रेरणा की तीव्रता नहीं बढ़ती : तीव्र उत्तेजना एक क्षण में अनेक न्यूरोनीय प्रेरणाओं का प्रादुर्भाव करती है । न्यूरोनीय प्रेरणा का प्रवाह बहुत तेज होता है और वह एक क्षण के बहुत छोटे भाग में समाप्त हो जाता है । उत्तेजना लगातार मिलते रहने से न्यूरोनीय प्रेरणा का क्रमिक प्रवाह बड़ी तेजी से होने लगता है । उत्तेजना जितनी तीव्र होती है न्यूरोनीय प्रेरणा के क्रमिक प्रवाह की तीव्रता उसी अनुपात से बढ़ जाती है । इसलिए प्रतिक्रिया की तीव्रता न्यूरोनीय प्रेरणा के प्रवाहों और सक्रिय भाग लेने वाले स्नायु या मासपेशी के रेशों की संख्या पर निर्भर होती है ।

ग्राहक अत्यन्त क्षीण उत्तेजनाओं को ग्रहण नहीं कर पाता किन्तु वही क्षीण उत्तेजनाएँ यदि अनेक बार दुहराई जायँ तो वे एकत्रित होकर ग्राहक को उत्तेजित कर देती हैं । न्यूरोनीय क्रिया की इस विशेषता को एकत्रीकरण (summation) कहते हैं । किसी काम में लगे रहने पर वर्षा की रिमझिम पहले कुछ देर तो सुनाई नहीं देती किन्तु बाद में सुनाई देने लगती है ।

नई उत्तेजना को ग्रहण करने में न्यूरोन के केवल दो या तीन रेशे भाग लेते हैं, किन्तु बारबार उसी उत्तेजना के मिलने पर न्यूरोन के सारे रेशे भाग लेने लगते हैं । इस परिवर्तन का अनुभव किया जा सकता है । काफी पहले

तो पीने पर कड़वी सी मालूम होती है किन्तु लगातार पीते रहने पर उसका कड़वापन अच्छा लगने लगता है। यह क्यों ? क्योंकि तब उस प्रमुख सामान्य द्वार (final common path) के सारे रेशे एक ही प्रकार की प्रतिक्रिया करने लगते हैं। न्यूरोनीय क्रिया का सामान्य द्वारक हो जाना न्यूरोनीय क्रिया की एक और विशेषता है। उत्तेजना की तीव्रता से सामान्य द्वारक क्रिया के पहले से बने हुए न्यूरोनीय साहचर्य टूट जाते हैं। तीव्र न्यूरोनीय प्रतिक्रिया अन्य समकालीन प्रतिक्रियाओं का अवरोध कर देती है जिससे दो विरोधी उत्तेजनाएँ एक साथ एक ही सामान्य द्वार का उपयोग नहीं कर सकती। शायद हमारी शरीर-रचना इस प्रकार हुई है कि किसी समय प्रतिक्रिया का केवल एक प्रमुख द्वार ही पूरी तरह से क्रियाशील रह सके जिससे शारीरिक शक्ति एक ही द्वार से प्रवाहित हो और उसका अपव्यय न हो।

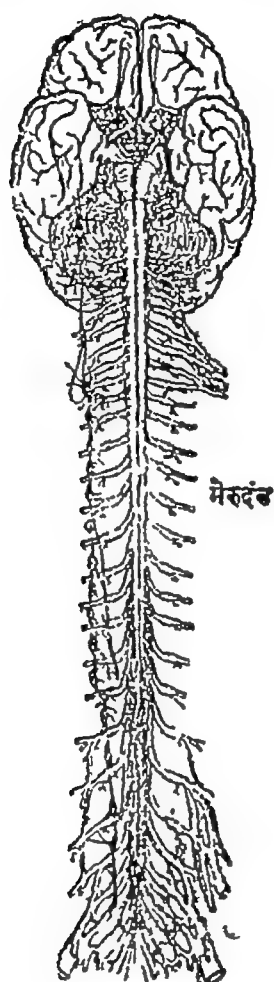
केन्द्रीय प्रवन्ध

शरीर की परिधि में फैले हुए असंख्य स्नायुओं का संचालन और नियमन यदि किसी एक केन्द्र से न हो तो प्राणी का सारा व्यवहार विच्छिन्न और अनर्गल हो जाय। प्राणी को अनेक प्रकार की उत्तेजनार्थें मिलती रहती हैं और वह विभिन्न प्रकार से प्रतिक्रिया करता रहता है। शरीर की सारी क्रियाओं का संचालन और संगठन केन्द्रीय प्रवन्ध से होता है केन्द्रीय प्रवन्ध में दो भाग होते हैं मेरुदंड (spinal cord) और मनस्।

मेरुदंड—मेरुदंड बहुत से स्नायुओं से मिलकर बनी हुई एक गोल मोटी रस्सी की भाँति होती है। मेरुदंड में शरीर की हर परिधि से आने जाने वाले इकतीस जोड़े स्नायु होते हैं। मेरुदंड में बोधवाहक और क्रियावाहक स्नायुओं की व्यवस्था इस प्रकार होती है कि शरीर के बाहर की उत्तेजनाये दो तरह से काम कर सकती हैं। एक ओर तो वे मनस् में जा सकती हैं और दूसरी ओर तत्काल ही प्रतिक्रिया में परिणत हो सकती हैं। साधारण प्रक्षिप्त क्रियाओं का संचालन मेरुदंड द्वारा होता है। प्रक्षिप्त क्रियाओं के संचालन में मनस् का हाथ नहीं रहता। सारी अनायास (involuntary) क्रियाओं का संचालन मेरुदंड से होता है। मनस् तक सूचना पहुँचने में देर लगती है। मेरुदंड उसके पहले ही क्रियावाहक न्यूरोनो को आवश्यक प्रतिक्रिया करने की आज्ञा दे देती है जो शरीर रक्षा के लिए अत्यन्त आवश्यक है।

इस प्रकार मेरुदंड एक ओर तो प्रक्षिप्त क्रियाओं का नियंत्रण और संचालन करती है और दूसरी ओर मनस का शरीर से सम्बन्ध स्थापित करती है जिससे बाहरी उत्तेजनाएँ मनस् तक जाकर उचित प्रतिक्रियाओं द्वारा कार्य-रूप में परिणत होती हैं। मेरुदंड में स्थित बोधवाहक और क्रियावाहक न्यूरोन

मनस् से इस प्रकार सम्बन्धित होते हैं कि शरीर का दाहिना भाग मनस् के बाएँ भाग से और बायाँ भाग दाहिने भाग से नियंत्रित होता है। जिस स्थान पर



चित्र १२

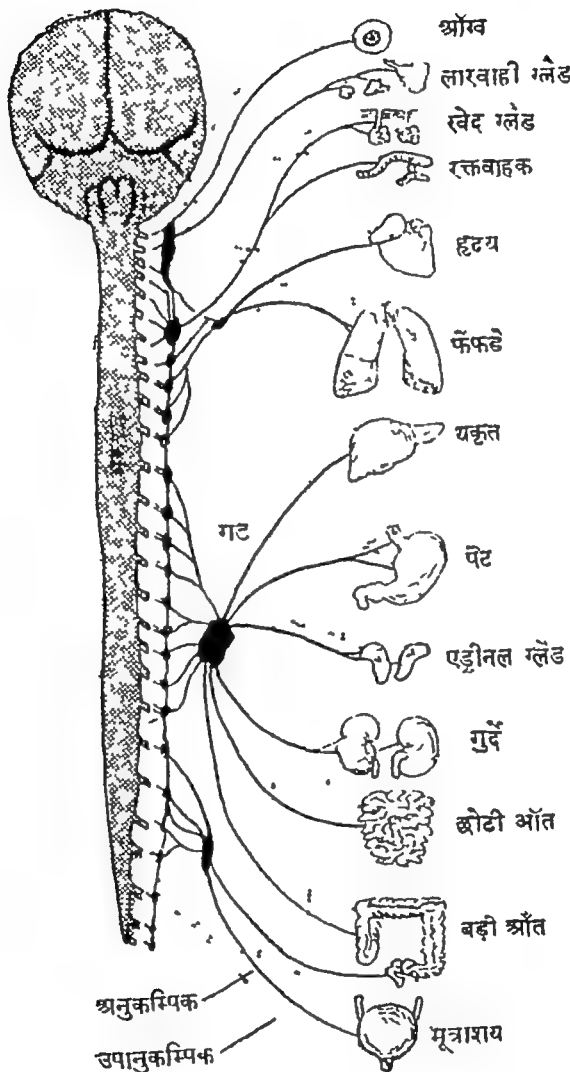
मेरुदंड से मनस् की ओर जाने वाले न्यूरोन एक दूसरे को पार करते हैं उसे मेरुदंड शीर्ष (medulla oblongata) कहते हैं।

मेरुदंड-शीर्ष —यह मेरुदंड का सबसे ऊपरी भाग होता है। मेरुदंड के नीचे के भागों से आकर मनस् में जाने वाली और मनस् से आकर मेरुदंड में जाने वाली उत्तेजनाएँ यही से जाती हैं। साँस लेना, रक्त प्रवाह आदि स्वयं होने वाले काम भी मेरुदंड-शीर्ष से ही नियंत्रित होते हैं। हृदय और फेफड़ों से आने वाले न्यूरोन भी यही आकर मिलते हैं जिससे आवश्यकता पड़ने पर हृदय और फेफड़ों की गति में आवश्यक संशोधन हो जाते हैं।

स्वचालित प्रवन्ध

स्वचालित प्रवन्ध (Autonomic system) केन्द्रीय प्रवन्ध की एक प्रकार की शाखा होती है। यह शाखा मेरुदंड के दोनों ओर होती है और अनेक

रेशो (fibers) द्वारा मेरुदंड से सम्बन्धित होती है। स्वचालित प्रबन्ध में बहुत से गड (ganglions) होते हैं। वे सब विभिन्न रेशो द्वारा आँख, लारवाही ग्लैंड, हृदय, यकृत, आमाशय, प्लीहा, जननेन्द्रियो आदि आन्तरिक अंगों से सम्बन्धित होते हैं (चित्र १३)। आँख की पुतली और लेंस, आँसू और लार बहने, भोजन पचने, हृदय तथा फेफड़ों की क्रियाओं, मल-मूत्र त्याग करने,



चित्र १३

कामोत्तेजित होने आदि जैसी सारी अनायास (involuntary) क्रियाओं का नियंत्रण और संचालन स्वचालित प्रबन्ध से होता है। स्वचालित प्रबन्ध का काम बोधवाहक (sensory) नहीं होता इसलिए इस प्रबन्ध के सारे रेशो क्रियावाहक या प्रभावक होते हैं।

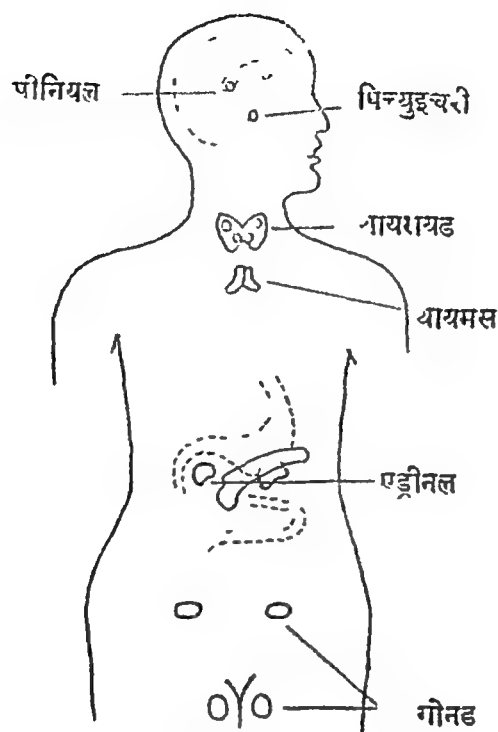
रचना की दृष्टि से रेशो में दो प्रकार का भेद किया जा सकता है (१) पूर्वगंडीय (preganglionic) और (२) उत्तरगंडीय (postganglionic) । पूर्वगंडीय रेशो मेरुदंड और स्वाचालित प्रबन्ध के विभिन्न गन्डो में और उत्तरगंडीय रेशो विभिन्न गन्डो और उनसे प्रभावित होने वाले आन्तरिक अंगों में सम्बन्ध स्थापित करते हैं । कार्य की दृष्टि से रेशो को अनुकम्पिक (sympathetic) और उपानुकम्पिक (parasympathetic) वर्गों में विभाजित किया जा सकता है । दोनों वर्गों के रेशो का कार्य परस्पर विरोधी होता है । अनुकम्पिक रेशो सामान्यतः आन्तरिक अंगों के उत्तेजक होते हैं जबकि उपानुकम्पिक रेशो अवरोधक (inhibitory) होते हैं । अगर अनुकम्पिक रेशो हृदय या किसी और आन्तरिक अंग की क्रिया में उद्दीपन करते हैं तो उनके प्रतियोगी उपानुकम्पिक रेशो उसी अंग की क्रिया में अवरोध करने लगते हैं । दोनों वर्गों के रेशो की क्रियाएँ परावलम्बी होती हैं जिससे विभिन्न परिस्थितियों में आन्तरिक अंगों का कार्य सापेक्षिक रूप से सन्तुलित बना रहता है ।

स्वचालित प्रबन्ध का एक विशेष कार्य रागात्मक व्यवहार में आन्तरिक अंगों की क्रियाओं का उद्दीपन करना होता है । शारीरिक क्रियाओं का नियामन और उद्दीपन शरीर में स्थित अनेक प्रकार के ग्लैंडो (glands) द्वारा होता है । ग्लैंड हार्मोन (hormone) नामक एक रासायनिक रस का स्राव करते हैं । हार्मोन खून में मिलकर शरीर में अतिरिक्त शक्ति का संचार कर देते हैं जिससे भय, क्रोध आदि की स्थितियों में हम उन दुस्साध्य कामों को भी कर डालते हैं जो साधारण शारीरिक दशा में नहीं किये जा सकते । स्वचालित प्रबन्ध के रेशो और केन्द्रीय प्रबन्ध में घनिष्ठ कार्यात्मक सम्बन्ध होता है जिससे हमारा शरीर हर स्थिति में एक सगठित इकाई की भाँति प्रतिक्रियाएँ करता है ।

ग्लैंड—स्वचालित प्रबन्ध का सम्बन्ध शरीर के अन्दर स्थित अनेक ग्लैंडो (glands) से होता है । ग्लैंड दो प्रकार के होते हैं एक्जोक्रिन (exocrine) और इन्डोक्रिन (endocrine) । एक्जोक्रिन ग्लैंडो में नली (duct) होती है । एक्जोक्रिन ग्लैंड ऐसे हार्मोन को पैदा करते हैं जो विभिन्न शारीरिक आवश्यकताओं की पूर्ति के लिए अत्यन्त आवश्यक होता है । इन ग्लैंडो का हार्मोन नालियों द्वारा उस स्थान पर पहुँचता रहता है जहाँ उसकी आवश्यकता होती है । आँसू या लार आदि प्रवाहित करने का काम एक्जोक्रिन ग्लैंड ही करते हैं ।

इन्डोक्रिन ग्लैंडो में नलियाँ (ducts) नहीं होती । इन्डोक्रिन ग्लैंड शरीर-व्यंजन की नई खोज है । इन्डोक्रिन ग्लैंड अपने हार्मोन को सीधे रक्त में मिला

देते हैं और रक्त प्रवाह के माध्यम से सारे शरीर को प्रभावित करते हैं। शारीरिक क्रियाओं में इन्डोक्रिन ग्लैंडों का महत्व निर्विवाद होने से कुछ प्रमुख इन्डोक्रिन ग्लैंडों का परिचय कर लेना आवश्यक है (चित्र १४)।



चित्र १४

थायरॉयड (Thyroid)—यह ग्लैंड गले में स्थित होता है और थायरॉक्सिन (thyroxin) नामक हार्मोन का उत्पादन करता है जिसके प्रभाव से शारीरिक एवं भानसिक विकास उचित ढंग से होता रहता है। अगर किसी कारण वचपन में ही यह ग्लैंड दोषपूर्ण हो जाय तो थायरॉक्सिन हार्मोन की पर्याप्त मात्रा न मिलने से बच्चे का विकास रुक जायगा। उसका कद ठिगना, शरीर अशक्त और बुद्धि निर्वल हो जायगी। थायरॉक्सिन की कमी को कृत्रिम उपायो से पूरा किया जा सकता है जिससे रुका हुआ विकास फिर होने लग जाता है।

प्रयोगों से पता चला है कि भय, क्रोध आदि की हालत में थायरॉयड ग्लैंड ठीक से काम नहीं कर पाता। इसलिये जो लोग अनावश्यक रूप से भयातुर या क्रोधित रहा करते हैं उनका स्वास्थ्य खराब रहता है। हर्ष, उत्साह आदि की हालत में थायरॉयड अधिक सक्रिय रहता है जिससे उनका प्रभाव स्वास्थ्य पर अच्छा पड़ता है। थायरॉक्सिन की कमी थायरॉयड को कृत्रिम रूप से उत्तेजित करके पूरी की जा सकती है। इसके लिए गले की नसों का व्यायाम लाभदायक होता है।

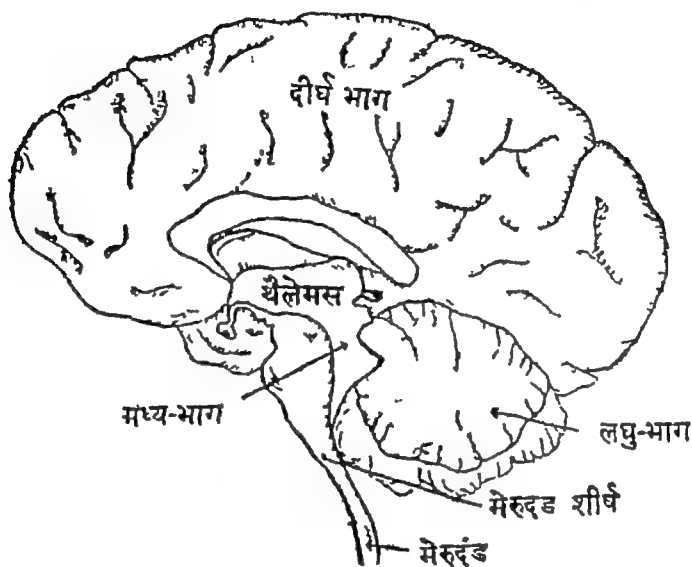
पिट्यूइचरी (Pituitary)—यह ग्लैंड सिर में स्थित होता है और शारीरिक वृद्धि तथा विकास और अन्य इन्डोक्रिन ग्लैंडों की क्रियाओं को नियमित करता है। इसके तीन भाग होते हैं। पीछे का भाग हड्डियों और मांस-पेशियों के विकास को नियमित करता है और साथ ही साथ कामागो के विकास को भी उत्तेजित करता है। पिछले भाग के निष्क्रिय होने से आदमी बौना बन जाता है और उसका काम विकास समुचित रूप से नहीं हो पाता। बचपन में पिछले भाग के अधिक सक्रिय होने से आदमी बेहद लम्बा बन जाता है।

ऐड्रिनल (Adrenal)—यह ग्लैंड पेट में दोनों गुदों (kindeys) के ऊपर शरीर के दोनों ओर होते हैं और ऐड्रीनैलिन (adrenalin) नामक हार्मोन का उत्पादन करते हैं जिससे खून में शक्कर अधिकता से आ जाती है और खून की आक्सीजन ग्रहण करने की क्षमता बढ़ जाती है। रागात्मक प्रतिक्रियाओं में ऐड्रीनल ग्लैंड का बहुत महत्व होता है। इस ग्लैंड के दोषपूर्ण होने से न्यूरोनीय उद्दीपन की क्षमता घट जाती है जिससे प्राणी व्यवहार कुशलतापूर्वक नहीं कर पाता। शरीर में ऐड्रीनैलिन की अधिक मात्रा रहने से पाचन क्रिया ठीक से नहीं हो पाती।

गोनड (Gonads)—इन ग्लैंडों के हार्मोन के स्राव से स्त्री-पुरुष का भेद और उसके सूचक लक्षण प्रकट होते हैं। यह ग्लैंड स्त्री-पुरुष की जननेन्द्रियों के विकास और परिपक्वता से सम्बन्धित होता है। बालपन से युवावस्था में प्रवेश करने के समय गोनडों की क्रिया का हमारे शारीरिक विकास पर भारी प्रभाव पड़ता है। स्त्री-पुरुष का एक दूसरे के प्रति स्वाभाविक आकर्षण होना भी गोनडों से नियंत्रित होता है। प्रजनन के लिए गोनड पुरुष में वीर्य और स्त्री में रज का उत्पादन करते हैं।

मनस्—मेरुदण्ड के ऊपर के विकसित भाग को मनस् कहा जाता है। मनस् का विकास कोष की बाहरी तहों से होता है। अन्दर की तहों से मिलने वाली उत्तेजनाओं से बाहर की तह मुड़ जाती है और उसमें पीछे की ओर सिमटे पड़ जाते हैं। मनस् अपनी इस अवस्था में क्रिया नहीं कर सकता क्योंकि मनस् को बनाने वाले कोष अभी तक स्नायुकोष नहीं बन पाते। इन्हीं कोषों में आगे चलकर एक्ज़ोन और डेन्ड्रोन निकल आते हैं और वे न्यूरोन की विशेषता ग्रहण कर न्यूरोनीय प्रेरणा को ले जाने के योग्य बन जाते हैं। मनस् के तीन भाग होते हैं—लघुभाग (cerebellum), मध्य भाग (mid-brain) और दीर्घभाग (cerebrum) (चित्र १५)।

लघुभाग—मनस् का लघुभाग (cerebellum) सिर के पीछे की ओर होता है और दीर्घभाग से अच्छादित होता है। लघुभाग बोधवाहक और क्रियावाहक प्रेरणाओं में इस प्रकार सङ्गठन करता है जिससे सारा शरीर सतुलित और व्यवस्थित रूप से काम कर सके। लघुभाग का काम शारीरिक



चित्र १५

सतुलन बनाए रखता है। लघुभाग पर आघात से व्यक्ति अपना शारीरिक सतुलन खो बैठता है और चलने पर शराबी की भाँति लडखडाने लगता है। सारा मासपेशीय सतुलन लघुभाग पर निर्भर रहता है।

मध्यभाग—मध्यभाग मनस् के लघुभाग और दीर्घभाग के बीच में होता है। दीर्घभाग के भूरे पदार्थ (grey matter) के नीचे एक स्नायविक ग्रन्थि होती है जिसे थैलेमस (thalamus) कहते हैं। अनुकंपिक (sympathetic) स्नायुओं से सम्बन्धित होने से थैलेमस संचारी भावात्मक- (emotional) जीवन का आधार होती है। थैलेमस और दीर्घभाग के अगले खंड में सम्पर्क होता है। हमारी विचारधारा पर संचारी भावों का जो प्रभाव पड़ता है उसका आधार थैलेमस और दीर्घभाग के अगले खंड के सम्पर्क में ही माना जाता है।

मध्यभाग के ठीक नीचे मेरुदंड शीर्ष (medulla) होता है। यह कुछ मोटा और इंच भर लम्बा होता है। मेरुदंड शीर्ष सिर में प्रक्षिप्त क्रियाओं, हृदगति और साँस लेने की क्रिया का केन्द्र होता है।

दीर्घभाग—मनस् का दीर्घभाग (cerebrum) मनुष्य में बहुत बड़ा होता है। यह दो गोलार्द्धों (hemispheres) में विभक्त होता है। बाईं ओर का

गोलाद्ध अधिकांश शरीर के दाहिने भागों और दाहिनी ओर का बायाँ भागों से सम्बन्धित होता है। दीर्घभाग का धरातल जग जगह से उभरा हुआ और घुमावदार (convoluted) होता है। इसके बाहर भूरे पदार्थ (grey matter) की एक परत होती है जिसे कोर्टेक्स (cortex) कहते हैं। सारा दीर्घभाग विभिन्न न्यूरोनो के डेन्ड्रोनों और एक्जोनों में संयोजन करने वाले संयोजक न्यूरोनो से निर्मित होता है। संयोजक न्यूरोनो से निर्मित होने के कारण मनस् के दीर्घभाग का मुख्य काम उत्तेजनाओं-प्रतिक्रियाओं में विभिन्न साहचर्यों (association) को स्थापित करना, नई विधियों का आविष्कार करना और क्रियाओं में ऐसे संशोधन करना होता है जिन्हें चिंतन, कल्पना, तुलना और विश्लेषण करना कहा जाता है।

भूरे पदार्थ के नीचे सफेद पदार्थ (white matter) होता है जिस पर रक्तम धब्बे पड़े होते हैं। सफेद पदार्थ विभिन्न आकार के रेशों से निर्मित होता है। इन रेशों (fibres) में उनके मार्ग और सम्बन्धों के अनुसार तीन प्रकार का प्रवन्ध होता है। कुछ रेशे दोनों गोलार्द्धों के समान क्षेत्रों में सम्बन्ध स्थापित करते हैं। कुछ रेशे एक ही गोलार्द्ध में कोर्टेक्स (cortex) के विभिन्न क्षेत्रों में पारस्परिक साहचर्य रखते हैं और कुछ रेशे कोर्टेक्स को मध्यभाग (mid-brain) और मेरुदंड (spinal cord) से सम्बन्धित करते हैं।

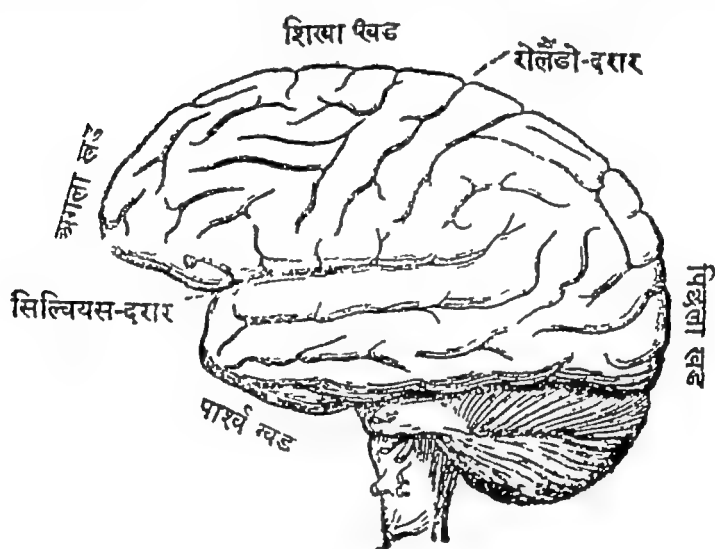
दीर्घभाग में बारह जोड़े कापालिक स्नायुओं (cranial nerves) में से केवल आँख और कान के स्नायु ही होते हैं, अन्य कापालिक स्नायु मनस् के मध्य भाग या मेरुदंड शीर्ष में होते हैं। आँख को घुमाने, दृष्टि केन्द्रित करने, मुखाकृति पर नियंत्रण रखने, गर्दन की मांसपेशियों को संचालित करने के लिए अलग अलग कापालिक स्नायु होते हैं और वे परस्पर घनिष्ठ रहते हैं जिससे शारीरिक स्वास्थ्य की झलक स्वर, दृष्टि आदि में आ जाती है।

शरीर के सारे संवेदन (sensations) मनस् के विस्तृत दीर्घभाग में आते हैं और सारी सायास (Voluntary) क्रियाएँ यही से होती हैं। दीर्घभाग गिलाफ चढ़े हुए अखरोट की तरह लगता है और मनुष्य की बौद्धिकता का रहस्य भूरे पदार्थ की घुमावदार परतों में ही छिपा रहता है। भूरे पदार्थ के कोषों में अनेक छोटे-छोटे कण होते हैं जिन्हें ग्रैन्यूलस (granules) कहा जाता है। ग्रैन्यूलस मानसिक क्रियाओं से सम्बन्धित होते हैं।

सारी संवेदनाएँ कोर्टेक्स में संयुक्त, संश्लिष्ट और संशोधित होती हैं। कोर्टेक्स का काम संवेदनों को नाम, रूप, गुण आदि से संविशेष तथा सार्थक

बनाना होता है। प्रत्येक स्थिति के साथ-साथ कोर्टेक्स के साहचर्यों में सशोधन होता रहता है। किसी स्थिति के साहचर्यों के विकृत होने पर प्राणी को उस स्थिति के महत्व की अनुभूति नहीं होती। वाकभ्रश रोग (aphasia) में रोगी बोलना भूल जाता है क्योंकि बोलना सीखने से उसकी कोर्टेक्स में जो सशोधन हुआ था वह नष्ट हो जाता है। किंतु फिर सीखने पर नया साहचर्य बन जाता है और बोलना आ जाता है।

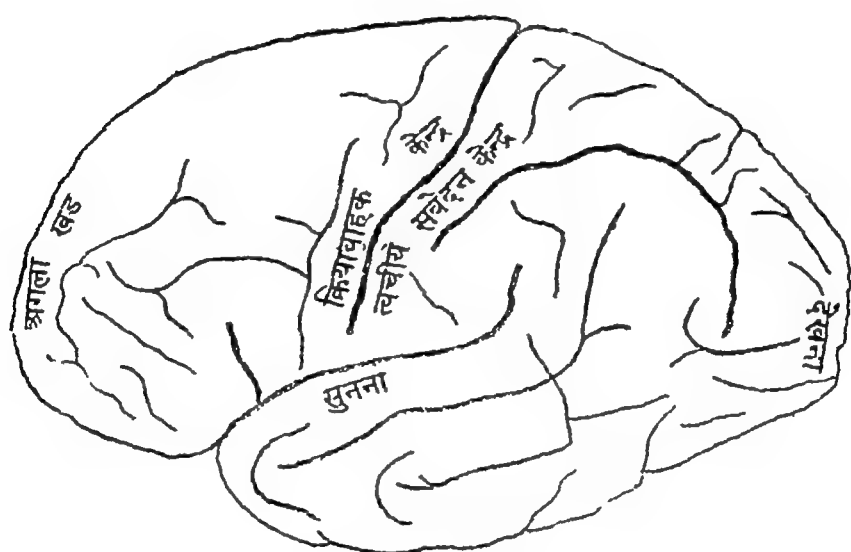
दीर्घभाग का विभाजन—दीर्घभाग के उभरे हुये भागों के बीच बहुत सी दरारे (fissures) होती हैं। रोलैंडो और सिल्वियस नामक दो बड़ी दरारों के आधार पर दीर्घभाग को चार खंडों में बाँटा जा सकता है पिछलाखंड (occipital lobe), पार्श्वखंड (temporal lobe), शिखाखंड (parietal lobe) और अगलाखंड (frontal lobe) (चित्र १६)। प्राणी के सारे मानसिक तथा शारीरिक व्यापार इन्हीं चारों खंडों से सम्बन्धित होते हैं।



चित्र १६

विज्ञानियों ने अपने अथक प्रयत्नों से अब यह मालूम कर लिया है कि मनस् का कौन सा खंड किस व्यापार से सबधित होता है। इसके लिए उन्होंने यह पता लगाया है कि कौन सा स्नायु मनस् के किस खंड से सम्बन्धित होता है। उन्होंने मानसिक रोगों से पीड़ित लोगों के व्यवहारों की परीक्षा से और पशुओं के मनस् का कोई खंड नष्ट करके व्यवहार पर उसके प्रभाव और कोर्टेक्स के खोले गए किसी भाग पर बिजली की करंट देकर शारीरिक क्रिया के निरीक्षण को अपनी खोजों का आधार बनाया है। इन खोजों के आधार पर यह पता चला है कि मनस् का पिछलाखंड देखने और सिल्वियस-दरार

के ठीक नीचे का खड सुनने का केन्द्र होता है। त्वचीय सवेदनो जैसे तापक्रम, पीडा आदि का केन्द्र रोलैण्डो दरार के ठीक पीछे की ओर होता है और ठीक सामने का क्षेत्र क्रियावाहक (motor) केन्द्र होता है जहाँ के विभिन्न स्थल शरीर के विभिन्न अवयवो जैसे पैर, जाँघ, पेट, पीठ, कन्धे, कोहनी, कलाई, उँगलियाँ, सिर, पलकें, गाल, जबड़े, ओंठ आदि की मासपेशियो से सम्बन्धित होते हैं। बोलने का केन्द्र दोनो गोलार्द्धों के बीच में होता है। स्वाद और सूँघने के क्षेत्रो का निश्चित रूप से तो पता नहीं लग पाया है किन्तु वे शायद दोनो गोलार्द्धों के बीच कोर्टेक्स पर ही होते हैं (चित्र १७)।



चित्र १७

विज्ञानी बहुत समय तक अगलेखड का काम नहीं जान सके थे। किन्तु कई रोगियो की जाँच से, जिनके मनस् का अगलाखड नष्ट हो गया था, अब यह ज्ञात हो चुका है कि अगलाखड मनुष्य और पशु में भेद करने वाले गुणो का भौतिक आधार होता है। अगलाखड नष्ट होने पर मनुष्य बिना किसी शारीरिक विकृति के स्वस्थ तो रह सकता है किन्तु उसका चरित्र बिल्कुल बदल जाता है। मँढक और कबूतर मनस् का अगलाखड नष्ट कर दिए जाने पर भी तैरने, कूदने और उड़ सकने में तो समर्थ रहे किन्तु जब तक उन्हें उत्तेजित नहीं किया जाता था तब तक वे अपने आप कुछ नहीं कर पाते थे। उनका सारा व्यवहार मशीनवत् हो जाता था। इन प्रयोगो से स्पष्ट है कि सारी सायास (voluntary) क्रियाएँ दीर्घभाग के अगलेखड पर निर्भर होती हैं। अगलेखड के नष्ट होने पर पुरानी प्रक्षिप्त क्रियाएँ तो होती रहती हैं किन्तु नई प्रक्षिप्त क्रियाएँ नहीं सीखी जा सकती।

मानसिक क्रियाओं के स्तर : चेतन, उपचेतन, अचेतन

मानसिक क्रियाओं के तीन स्तर माने जाते हैं चेतन (conscious), उपचेतन (subconscious) और अचेतन (unconscious)। चेतन और अचेतन मानसिक स्तर तो लगभग निर्विवाद रूप से माने जाते हैं किंतु उपचेतन स्तर अब तक विवादग्रस्त है। मानसिक क्रियाओं को सही तरह से समझने के लिए उपचेतन स्तर को भी मानना आवश्यक है क्योंकि उपचेतन स्तर की क्रियाएँ चेतन और अचेतन स्तर की क्रियाओं से बिलकुल अलग विशेषताएँ रखती हैं।

फ्रायट और यू क नामक मनोविज्ञानियों के अनुसार अचेतन स्तर में हमारी मूलप्रवृत्त्यात्मक और अन्य शक्तियाँ रहती हैं जिनका या तो शमन (repression) हो चुका होता है या जो चेतन स्तर तक नहीं आ सकी होती है। चेतन स्तर में हमारे दैनिक जीवन के अनुभव रहते हैं। उपचेतन स्तर का काम दैनिक जीवन के चेतन अनुभवों या अचेतन स्तर से ग्रहण की हुई सामग्री में निहित समस्याओं का चुनाव करना और उनका रूप परिवर्तन करके मानसिक शक्ति के प्रवाह को उपयोगी लक्ष्यों की ओर दिशान्तरित करना होता है। उपचेतन स्तर अचेतन की भाँति कार्यप्रेरक नहीं होता किंतु उपचेतन स्तर अचेतन की प्रेरणाओं से उत्पन्न शक्ति के प्रवाह में हेर-फेर करके, उसे प्रबन्धित और व्यवस्थित करके दैनिक जीवन की आवश्यकताओं के अनुकूल बनाने का काम करता है।

इन तीनों मानसिक स्तरों का उपमान मानसिक रचना में ही मिलता है। मनस् के तीन भाग होते हैं दीर्घभाग, मध्यभाग और लघुभाग। ये तीनों भाग यद्यपि अलग-अलग काम करते हैं किन्तु फिर भी उनकी क्रियाओं में परस्पर घनिष्ठ अन्तर्सम्बन्ध होता है। मनस् के इन तीनों भागों का निर्माण विभिन्न प्रकार के कोषों से होता है। कोर्टेक्स का काम अवरोध (inhibition) और चिंतन या कल्पना करने आदि जैसी प्रतीकात्मक क्रियाएँ करना होता है और विकास क्रम में उसका स्थान सबसे बाद में आता है। मध्यभाग में विशेष प्रकार के कोषों से निर्मित थैलेमस नामक अंग होता है। कोर्टेक्स को जाने वाली अधिकांश बोधवाहक उत्तेजनाएँ थैलेमस से ही होकर जाती हैं जहाँ उन प्रेरणाओं में काट-छाँट होती है जिससे वे रूपान्तरित होकर ही कोर्टेक्स में पहुँचती हैं।

उपचेतन (subconscious) मन चेतन मन की काम तरह नहीं करता। उपचेतन मन का काम करने का तरीका अलग होता है इसलिए वह कभी-कभी उन समस्याओं का समाधान कर लेता है जिनका समाधान करने में चेतन मन

असफल हो जाता है। थैलेमस के कार्य से सवादित उपचेतन मन भी रागात्मकता प्रधान होता है। जीवन संचालन में रागात्मक पक्ष का बहुत बड़ा हाथ रहता है और इसीलिए जीवन की वास्तविकता का सामना करने के लिए चितन प्रधान चेतन मन को रागात्मकता प्रधान उपचेतन मन की सहायता लेनी पड़ती है।

चेतन मन अपना काम चितन, तर्क और वैज्ञानिक निगमन (deduction) द्वारा करता है। उपचेतन मन अपना काम उपमान, सादृश्य, सहचार, (association) और निर्देशन (suggestion) द्वारा करता है। सम्मोहन (hypnotism) की अवस्था में चेतन मन सुषुप्त और उपचेतन मन जागरूक रहता है जिससे सम्मोहित व्यक्ति के ऊपर प्रयोगकर्त्ता के निर्देशनों का ज्यादा प्रभाव पड़ता है। मानसिक रोगों का उपचार करने के लिए स्वतन्त्र सहचार (free association) विधि का सहारा इसीलिए लिया जाता है कि उपचेतन मन स्वतन्त्र सहचार द्वारा रोग की उत्पत्ति और वास्तविक कारणों की ओर चेतन मन की अपेक्षा ज्यादा अच्छा संकेत करता है। बच्चों का मानसिक व्यापार भी उपचेतन मन की विशेषताएँ लिए रहता है क्योंकि बच्चों का मन तार्किक ढंग से काम न कर उपमान और सादृश्य के आधार पर अधिक काम करता है। हमारे अनेक निर्णय रागप्रधान ही होते हैं, तर्कप्रधान कम या बिल्कुल नहीं।

सादृश्य और उपमान के अनुसार काम करने की क्षमता से उपचेतन मन द्वारा कभी कभी बड़े महत्वपूर्ण अन्वेषण सम्भव हो जाते हैं, जैसे न्यूटन ने पेड़ से फल गिरने के उपमान से गुरुत्वाकर्षण सिद्धांत का अन्वेषण किया था। कठिन बातों को आसान बनाने के लिए भी उपमान का सहारा लिया जाता है। विलियम जेम्स का यह कहना था कि प्रतिभा उपमान देख सकने की क्षमता ही होती है।

अन्तर्दृष्टि का उद्भव भी सम्भवतः उपचेतन स्तर से ही होता है। अन्तर्दृष्टि को उपचेतन अनुमान कहा जा सकता है। कभी कभी हम किसी चीज को पहली बार देखने पर ही न जाने क्यों बहुत पसन्द करने लग जाते हैं। अगर हमसे हमारी पसन्द का कारण पूछा जाय तो शायद हम नहीं बता सकेंगे क्योंकि हमारा निर्णय चेतन रूप से तर्क करने का परिणाम न होकर उपचेतन अनुमान का परिणाम होता है। थैलेमस की भाँति उपचेतन मन भी प्राप्त सामग्री में काट छाँट करता है, उसके खण्डों को तर्क और प्रमाण से न जोड़कर उपमान, साहचर्य या निर्देशन से जोड़ता है और इस प्रकार ऐसे निष्कर्षों पर पहुँचता है जिन तक चेतन मन नहीं पहुँच पाता। इससे यह नहीं समझना चाहिए कि उपचेतन मन उपमान और निर्देशन (suggestion), से जिन तर्कों या निर्णयों पर पहुँचता है वे हमेशा ठीक ही होते हैं। वे अक्सर गलत भी होते हैं। उनकी सत्यता

की जाँच करने के लिए चेतन मन का सहारा लेना पड़ता है जिससे वे तर्क और प्रमाण की कसौटी पर खरे उतर सके । भाषण देने वाले जनता को अपनी बात मनवाने के लिए तर्क का सहारा न लेकर उपमान का सहारा लेते हैं । भीड़ या समूह में लोगो का चेतन मन उतना सजग नहीं होता जितना कि उनका उपचेतन मन । इसलिए कोई बात उनके रागात्मक पक्ष और निर्देशन पर उनके चिन्तन पक्ष से अधिक प्रभाव डालती है ।

चेतन मन जिन समस्याओ का समाधान नहीं कर पाता उन्हें उपचेतन या अचेतन मन में डाल देता है और उनको फिर कभी चेतन स्तर पर उभरने से रोकता है । अगर उपचेतन और अचेतन मन उन दुखदायी समस्याओ को चेतन मन की ओर ढकेलते हैं तो चेतन मन अवरोध (inhibition) द्वारा उनको चेतन स्तर तक आने से रोक देता है । इसलिए उपचेतन या अचेतन मन उन दुखदायी समस्याओ को चेतन मन तक भेजने के लिए एक दूसरे उपाय से काम लेते हैं । वे उन समस्याओ को रूपक या प्रतीकात्मक रूप में चेतन मन पर भेजते हैं जिससे चेतन मन उनका अवरोध न कर सके । स्वप्न देखने के पीछे यही बात होती है जिस पर स्वप्नो की व्याख्या के प्रसंग में और कही विस्तार से विचार किया जायगा ।

मानसिक क्रियाओ का तीसरा स्तर अचेतन (unconscious) [होता है] । सच तो यह है कि किसी भी मानसिक क्रिया को अचेतन नहीं कहा जा सकता क्योंकि मानसिक क्रियाओ का गुण उनका चेतन होना ही होता है । अचेतन मन का अभिप्राय यही है कि हम अचेतन स्तर पर होने वाली क्रियाओ का प्रत्यक्ष ज्ञान साधारणतः नहीं कर पाते । अचेतन मन की अपनी अलग विशेषता होती है और उसके काम करने का तरीका भी अपना ही होता है । अचेतन मन में हमारे साथ बीते हुए ऐसे व्यक्तिगत और जातीय (racial) अनुभव रहते हैं जिनका ज्ञान मनोविश्लेषण (Psycho-analysis) में प्रयुक्त की जाने वाली कुछ विशेष प्रणालियो जैसे सम्मोहन (hypnotism), स्वतन्त्र सहचार (free association) और स्वप्नो की व्याख्या आदि द्वारा ही हो सकता है । मनोविज्ञान में मन के अचेतन स्तर का बड़ा महत्व है क्योंकि उस स्तर पर होने वाली क्रियाएँ हमारे अनजाने में ही हमारे बहुत से मानसिक विकारो और रोगो और अप्रकृत (abnormal) व्यवहार का कारण बन जाती हैं । इस विषय पर अप्रकृत व्यवहार के अध्ययन के प्रसंग में यथास्थान समुचित प्रकाश डाला जायगा ।

यह कहा जा चुका है कि अचेतन मन में हमारे व्यक्तिगत और जातीय अनुभव जमा रहते हैं । लेकिन उनके जमा रहने का क्या अर्थ लिया जाय ?

अनुभव भौतिक वस्तुएँ तो होते नहीं जिनको जमा कर लिया जाय। दूसरी ओर अगर अनुभव कही न कही जमा न रहें तो उनका पुनरुत्पादन (reproduction) भी नहीं हो सकता और हम बीती हुई बातों या घटनाओं को याद भी नहीं रख सकते। तो फिर वे अनुभव किस रूप में और किस तरह अचेतन मन में जमा रहते हैं।

सच तो यह मालूम होता है कि अचेतन मन में अनुभव या विचार जमा नहीं रहते। केवल उनके पुनरुज्जीवित हो सकने की सम्भावना मौजूद रहती है। इसको एक रूपक द्वारा समझा जा सकता है। बाँसुरी से तरह तरह के राग निकाले जा सकते हैं, किन्तु वे राग बाँसुरी में जमा नहीं रहते। बाँसुरी विभिन्न प्रकार के रागों का पुनरुत्पादन कर सकने का केवल भौतिक साधन है। इसी प्रकार अचेतन मन भी हमारे व्यक्तिगत और जातीय अनुभवों का फिर से पुनरुत्पादन करने का एक साधन है।

विलियम जेम्स ने यह धारणा प्रस्तुत की थी कि मानसिक अनुभव मस्तिष्क पर भौतिक निशान छोड़ जाते हैं और जब कोई बाहरी या आन्तरिक उत्तेजना मिलती है तो शक्ति का प्रवाह पहले से ही बन चुके निशानों पर होने लगता है जिससे पुराना अनुभव फिर जाग्रत हो जाता है। हमें आनुवंशिक रूप में जो कुछ प्राप्त होता है वह पहले की जाने वाली प्रतिक्रियाओं द्वारा बना न्यूरोनीय-मासपेशिक (neuro-muscular) रुझान मात्र ही होता है। आनुवंशिक रूप में हमें आँख ही प्राप्त होती है, दृष्टि नहीं। इसी प्रकार हम सुनने, डरने आदि के भौतिक साधनों को ही आनुवंशिक रूप में प्राप्त करते हैं, सुनी जाने वाली बात या डर को नहीं। अचेतन मन को भी विगत व्यक्तिगत और जातीय अनुभवों का मानसिक रुझान समझना सत्य से दूर जाना नहीं होगा।

जानना

प्राणी जब तक अपने परिवेश को न जाने तब तक वह व्यवहार नहीं कर सकता । व्यवहार करने के लिए जानने की आवश्यकता होती है । मनुष्य पहले अपने परिवेश को जानने की कोशिश करता है और फिर उसी आधार पर व्यवहार करता है । अनुभव के बिना व्यक्ति व्यवहार-कुशल नहीं बन सकता । अनुभव ग्राहको द्वारा होता है । जन्मजात अंधे या बहरे व्यक्ति को जगत के रंगों और ध्वनियों का अनुभव नहीं होता । अंधा सूर्योदय की छटा और सावन की काली घटा नहीं देख पाता । बहरा स्वर-माधुरी का रस नहीं ले पाता । रंग और ध्वनि से अनुभव-शून्य व्यक्ति की दुनिया भी क्या होती होगी ? अनुभव के बिना मनुष्य का जीवन, जीवन के सुख, सुखों की विविधता सब निरर्थक है ।

किन्तु अनुभव इतना व्यक्तिगत होता है कि एक व्यक्ति दूसरे के अनुभव को नहीं देख सकता । आप और मैं दोनों सूर्योदय की छटा देख रहे हैं । मैं आपसे सूर्योदय के समय आकाश का रंग पूछता हूँ । आप कहते हैं 'लाल ।' मैं सन्तुष्ट हो जाता हूँ । आपके पूछने पर मैं भी आकाश का रंग लाल ही बताता । किन्तु इस बात का कोई प्रमाण नहीं है कि आप जिसे 'लाल' कहते हैं और मैं जिसे 'लाल' समझता हूँ वह एक ही अनुभव है क्योंकि मैं आपके अनुभव को नहीं देख सकता । मैं केवल आपके और आप केवल मेरे व्यवहार को ही देख सकते हैं । काँटा लगने पर यदि आप कराह उठते हैं तो आपके व्यवहार से मैं अनुमान कर सकता हूँ कि आपको दर्द का अनुभव हुआ है । किन्तु यदि मैं काँटा लगने पर न कराहूँ और दर्द का अनुभव होने का कोई भाव प्रकट न करूँ तो आपके लिए यह कहना या अनुमान करना कठिन हो जायगा कि मुझे दर्द का अनुभव हुआ या नहीं हुआ । अनुभव का अनुमान व्यवहार को देखकर ही किया जाता है ।

अनुभव का अनुमान चूँकि व्यवहार से ही हो सकता है इसलिये कुछ लोग मनोविज्ञान में अनुभव को उतना महत्व नहीं देते जितना व्यवहार को । वे कहते हैं कि किसी व्यक्ति का अनुभव उसके लिये चाहे सत्य और स्वयंसिद्ध क्यों न हो किन्तु दूसरों के लिये सत्य होने के लिये अनुभव को व्यवहार-सापेक्ष होना चाहिये । किन्तु फिर भी अनेक व्यक्तियों के अनुभवों

मे काफी समानता और सत्यता होती है इसलिये व्यावहारिक दृष्टि से मनो-विज्ञान में अनुभव की महत्ता को स्वीकार कर लेने में कोई हानि नहीं है। अनुभव तब होता है जब कोई उत्तेजना प्राणी के शरीर पर प्रभाव डालती है। उत्तेजना मिलने पर शरीर के अन्दर न्यूरोनीय शक्ति का प्रवाह होने लगता है और उस प्रवाह के फलस्वरूप प्राणी को अपने परिवेश का बोध होता है जिससे वह कोई न कोई चेतन प्रतिक्रिया करता है। यह चेतन प्रतिक्रिया ही अनुभव है। अनुभव में तीन बातें होती हैं : स्थिति का बोध, बोध होने पर प्रतिक्रिया और प्रतिक्रिया द्वारा परिवेश से समायोजन। अगर आपके हाथ पर गर्म पानी गिर जाय तो पहले आपको गर्म पानी का बोध होगा। फिर आप दर्द से चिल्लाकर और अपना हाथ भटक-भटक कर प्रतिक्रिया करेंगे। इसके बाद आप हाथ की जलन मिटाने के लिए मरहम लगाकर एक विषम स्थिति से अपना समायोजन करेंगे। इससे स्पष्ट है कि अनुभव व्यवहार और समायोजन का पूर्वगामी होता है। अनुभव शब्द का अर्थ बहुत विस्तृत है। अनुभव में बोध (निर्विशेष ज्ञान), बोध होने की शर्तें और सज्ञा (सविशेष ज्ञान) होती है, इसलिये अनुभव को समझने के लिये बोध, बोध होने की शर्त और सज्ञा का अलग-अलग अध्ययन करना आवश्यक है।

संवेदन

प्राणी को अपने परिवेश का बोध उत्तेजना मिलने पर होता है। उत्तेजना किसी शक्ति के उस परिवर्तन को कहा जाता है जो प्राणी के किसी ग्राहक, आँख, कान आदि पर प्रभाव डालती है। प्राणी आँख से देखता है, कान से सुनता है, रसना से रस लेता है। आँख, कान और रसना आदि ग्राहको को प्रभावित करने वाली शक्तियाँ उत्तेजना हैं। यदि ग्राहको को प्रभावित करने वाले शक्ति परिवर्तन से प्राणी के ग्राहक प्रभावित न हो तो वे शक्ति परिवर्तन उस प्राणी के लिए उत्तेजना नहीं बन पाते। कोई शक्ति-परिवर्तन उत्तेजना तभी बन सकता है जब वह प्राणी के ग्राहको को प्रभावित करे। शक्तियों का परिवर्तन या उत्तेजनाएँ प्रत्येक प्राणी पर अलग-अलग तरह से प्रभाव डालती हैं। इसका कारण प्राणी की स्वभाव-विभिन्नता, अनुभव-विचित्रता या परिपक्वता का अनुपात होता है। चाय किसी को रुचिकर लगती है, किसी को नहीं, दूध का जला छाछ को फूँक-फूँक कर पीता है, बच्चे बिजली की चमक देखकर डर जाते हैं किन्तु कवि को उसमें अपनी प्रेयसि की मुस्कान दिखाई देती है।

उत्तेजना मिलने पर जब कोई ग्राहक प्रभावित होता है तो उसके न्यूरोनो में न्यूरोनीय प्रेरणा का प्रादुर्भाव होता है। न्यूरोनो की प्रेरणा मनस् में जाती

है जहाँ प्रत्येक ग्राहक की प्रेरणा को ग्रहण करने के अलग-अलग क्षेत्र होते हैं। ग्राहक की प्रेरणा मनस् के तत्सम्बन्धी क्षेत्र में सवेदन (sensation) उत्पन्न करती है। सवेदन होने पर प्राणी को उत्तेजना का बोध होता है। बोध होने पर प्राणी उत्तेजना के प्रति कोई प्रतिक्रिया करता है। सवेदन की अवस्था में उत्तेजना निर्विशेष यानी गुण और विशेषताओं से रहित होती है। नवजात शिशु को वे सभी सवेदन होते हैं जो वयस्क को। किन्तु नवजात शिशु उन सवेदनो के नाम, रूप, गुण, भेद और विशेषताओं को नहीं जानता। दिए की लौ का सवेदन शिशु को भी होता है किन्तु वह दिए का नाम नहीं जानता, कामिनी के छरहरे, सुनहरे, चंचल वदन जैसी लौ के रूप को नहीं जानता, प्रकाश के गुण को नहीं जानता, प्रकाश और अन्धकार के भेद को नहीं जानता और दिए की उन विशेषताओं को नहीं जानता जिनसे मनुष्य रात में रंगीनियाँ पैदा करता है। क्यों ? क्योंकि शैशवावस्था में शिशु का मनस् विकसित नहीं होता। सवेदनो को नाम, रूप, गुण, भेद और विशेषताएँ देना विकसित मनस् की क्रिया है। सवेदन विकसित मनस् की क्रिया द्वारा ही सविशेष बनते हैं। सवेदन मनस् की ग्रहणशीलता से होते हैं। सवेदन की अवस्था में मनस् क्रियाशील नहीं होता। सवेदनो को केवल ग्राहको की क्रिया कहा जा सकता है।

यह ठीक है कि सवेदन शक्ति-परिवर्तन के कारण होते हैं किन्तु हर शक्ति-परिवर्तन का सवेदन नहीं होता। अल्ट्रा वॉयलेट किरणें यद्यपि हमारे शरीर में प्रविष्ट होकर उस पर प्रभाव डालती हैं किन्तु हमें उनका सवेदन नहीं होता। रेडियो-लहरे इतनी सूक्ष्म होती हैं कि हम उन्हें नहीं सुन पाते। जमीन सूरज के चारों ओर १६ मील प्रति सेकंड की रफ्तार से घूमती है जिससे बड़ा भयानक शोर होता है किन्तु हम उस शोर को नहीं सुन पाते। सवेदन शक्ति-परिवर्तन की सूक्ष्मता और स्थूलता की एक विशेष सीमा के अन्दर ही संभव है। यदि शक्ति-परिवर्तन उस सीमा से अधिक क्षीण या तीव्र होगा तो ग्राहक उसको ग्रहण नहीं कर सकेंगे और हमें सवेदन नहीं होगा। यदि दूर पर दो व्यक्ति कानाफूँसी कर रहे हों तो हम उन्हें ठीक से नहीं सुन सकते, यदि प्रकाश अत्यन्त तेज हो तो हमारी आँखें चौंधिया जाती हैं और हम देख नहीं पाते।

सवेदन की विशेषताएँ—प्राणी को विभिन्न प्रकार के सवेदन होते हैं। सवेदनो की विभिन्नता का रहस्य मनुष्य की शरीर-रचना की विशेषता में है। ध्वनि का सवेदन स्पर्श के सवेदन से अलग होता है। ध्वनि एक प्रकार का गुण है और स्पर्श दूसरे प्रकार का। आँख का गुण देखना है और कान का सुनना।

आँख, कान, स्पर्श आदि सवेदनो में जातीय भेद होता है। गुणो के जातीय भेद का सवेदन अलग-अलग ग्राहको से होता है। आँख सुन नहीं सकती और कान देख नहीं सकता क्योंकि दोनों के गुणो मे जातीय भेद है।

लाल और हरे रंग मे भी गुण-भेद होता है किन्तु यह भेद जातीय न होकर विशिष्ट भेद होता है। गुण के विशिष्ट भेद का सवेदन एक ही ग्राहक द्वारा होता है। लाल और हरे दोनों रंगो के विशिष्ट भेद का सवेदन आँख से ही होता है और उनके भेद का कारण तत्सम्बन्धी ग्राहक मे होता है जिसका विस्तृत वर्णन ग्राहको के प्रसंग मे किया जायगा।

सवेदन के गुण और उत्तेजना मे घनिष्ठ सम्बन्ध होता है। हरे रंग का पदार्थ हरे रंग का सवेदन उत्पन्न करता है, लाल रंग का नहीं। सवेदन के गुणो की व्याख्या बहुत सीमा तक उत्तेजना के आधार पर की जा सकती है। सवेदन के गुणो मे मात्रा-भेद न होकर प्रकार-भेद होता है। सवेदनो की तीव्रता में भी भेद होता है, जैसे मोमबत्ती और बिजली के प्रकाश मे। किन्तु तीव्रता के भेद की व्याख्या गुण-भेद से ही की जा सकती है। यदि लाल और हरे रंगो की चमक मे तीव्रता का भेद न हो तो भी लाल और हरे रंग मे गुण के आधार पर भेद किया जा सकता है। दूसरे, तीव्रता का सवेदन उत्तेजित होने वाले न्यूरोन के रेशो की सख्या पर निर्भर होता है।

कभी-कभी उत्तेजना के न रहने पर भी उस उत्तेजना का सवेदन कुछ देर तक बना रहता है। अँगूठी या घड़ी हाथ से उतार देने पर भी कुछ देर तक उनका सवेदन होता रहता है। इसे सवेदन की 'देर' (duration) कहा जाता है। किन्तु उत्तेजना और सवेदन मे 'देर' का सम्बन्ध बड़ा अनिश्चित है। कुछ उत्तेजनाओ का सवेदन तो उत्तेजना के न रहने पर कुछ देर तक होता रहता है और कुछ का बिलकुल नहीं होता। हृदय को छूने वाले स्वर कान मे देर तक गूँजते रहते हैं किन्तु अप्रिय गन्ध का सवेदन उत्तेजना के हटते ही नष्ट हो जाता है।

हमे छोटे और बड़े यानी आकर का भी सवेदन होता है। रुपए का सवेदन चवन्नी के सवेदन से पृथक होता है। रुपए और चवन्नी के सवेदन के भेद को सवेदन की प्रसरता (extensity) कहते हैं। सिर के दर्द के सवेदन मे मर्वाङ्गव्यापी पीडा से कम प्रसरता होती है। प्रसरता के सवेदन मे व्यक्तिगत अवस्था की भी प्रधानता रहती है। गरीब को अमीर की अपेक्षा रुपए में अधिक प्रसरता मालूम होती है; उसे पया ज्यादा बड़ा लगता है।

सवेदन की इन्ही विशेषताओ के कारण अनुभव मे विविधता होती है। अनुभव की विविधता की व्याख्या के लिए सवेदन की उन विशेषताओ को स्वी-

कार करना पड़ता है। उनसे इनकार करना अनुभव की विविधता से इनकार करना है।

सवेदन और उत्तेजना—सवेदन की विशेषताएँ मूलतः उत्तेजना में होती हैं या फिर ग्राहको की क्रिया का परिणाम होती हैं? वे उत्तेजना और अनुभव से किस प्रकार सम्बन्धित होती हैं? लाल रंग का सवेदन लाल उत्तेजना का गुण होता है या लाल रंग का सवेदन करने वाले ग्राहक की क्रिया का परिणाम? ये प्रश्न बड़े जटिल हैं। अनुभव में तीन अवस्थायें होती हैं भौतिक (physical), शारीरिक (physiological) और मनोवैज्ञानिक (psychological)। किसी उत्तेजना द्वारा किसी ग्राहक का प्रभावित होना भौतिक अवस्था है। सवेदन की विशेषताएँ यदि उत्तेजना में ही रहती हो तो उन्हें जानने के लिए उत्तेजना का विश्लेषण करना आवश्यक है। उत्तेजना का विश्लेषण भौतिकी (Physics) का विषय है।

ग्राहक के प्रभावित होने पर न्यूरोनीय प्रेरणा (nervous impulse) का प्रादुर्भाव होना शारीरिक व्यवस्था है। सवेदन की विशेषताओं के निश्चय में शारीरिक क्रियाओं का हाथ कहाँ तक रहता है? इसका उत्तर पाने के लिए ग्राहक (receptor), बोधवाहक न्यूरोन (sensory neurone) और कोर्टेक्स के न्यूरोनो का अध्ययन करना आवश्यक है। यह अध्ययन शरीर-विज्ञान (physiology) का विषय है।

सवेदनो का मनस् की क्रिया द्वारा संगठित और व्यवस्थित होकर सार्थक और सविशेष बन जाना मनोवैज्ञानिक अवस्था है। भौतिक और शारीरिक अवस्था तक सीमित क्रिया ही सवेदन है किन्तु मनोविज्ञान का प्रमुख विषय मनोवैज्ञानिक अवस्था का अध्ययन करना होता है। इस अध्ययन में भौतिक और शारीरिक अवस्थाओं का महत्व वही तक है जहाँ तक वे मनोवैज्ञानिक अवस्था का आधार होती हैं। मनोविज्ञान में सवेदन को एक मनोभौतिक (psychophysical) क्रिया माना जाता है। सवेदन पदार्थों की चेतन प्रतिलिपि होते हैं। व्यावहारिकता की दृष्टि से सवेदन और उत्तेजना में अन्योन्याश्रय सम्बन्ध मान लेना अनुचित नहीं है।

चेतनता—सवेदनशीलता का एक विशेष गुण चेतनता होता है। चेतनता का वर्णन ही किया जा सकता है कोई परिभाषा नहीं दी जा सकती। चेतनता और न्यूरोनीय क्रियाओं को एक ही व्यापार के दो पक्ष कहा जा सकता है। चेतनता का अनुभव न्यूरोनीय क्रियाओं के एक निश्चित मात्रा की जटिलता प्राप्त कर लेने पर होता है। चेतनता अविच्छिन्न होती है। चेतनता का स्वाभाविक वर्णन 'नदी' की धारा' के रूपक से किया जा सकता है। चेतनता

के अखण्ड प्रवाह में बाधा पड़ने पर चेतनता का प्रवाह सहज रूप से अपने खंडित होने के स्थान से बाधा हट जाने पर फिर प्रारम्भ हो जाता है। मान लीजिए आप शतरंज खेल रहे हैं और कोई चाल सोच रहे हैं। एकाएक आपको किसी जरूरी काम से बाहर जाना पड़ता है। वापस आने पर आप खेल वही से शुरू करते हैं जहाँ आपने उसे रोक दिया था। इस प्रकार चेतनता के प्रवाह की एकता के पीछे प्रयोजनात्मक अविच्छिन्नता रहती है।

चेतनता के तीन पक्ष होते हैं: ज्ञान, राग (affection) और चेष्टा। परिवेश की चेतनता हमें तीन प्रकार से हो सकती है (१) ज्ञान से (२) सुख या दुःख आदि किसी राग से और (३) किसी न किसी तरह की प्रतिक्रिया करने की चेष्टा से। फूल देखने पर हमें फूल का ज्ञान होता है। उसे देखकर हमें सुख का रागात्मक अनुभव भी होता है और जब हम उसे तोड़ना चाहते हैं तो हमें चेष्टा का अनुभव होता है। हमारा यह सम्पूर्ण अनुभव हमारी चेतनता का विषय होता है।

चेतनता की एक प्रमुख विशेषता साहचर्य (association) स्थापित करना भी होती है। साहचर्य का अर्थ सम्बन्ध जोड़ना होता है। अनुभव द्वारा हम तरह-तरह के सम्बन्ध जोड़ते रहते हैं। सम्बन्ध जोड़ने का मनोवैज्ञानिक नियम यह है: अगर दो या दो से अधिक अनुभव एक साथ होते हैं तो उनमें कुछ ऐसा सम्बन्ध जुड़ जाता है कि बाद में एक अनुभव के फिर होने पर दूसरा अनुभव भी फिर हो सकता है। साहचर्य के न्यूरोनीय पक्ष का वर्णन यों किया जा सकता है दो या दो से अधिक न्यूरोनीय द्वारों के एक ही समय पर सक्रिय होने से उन दोनों के न्यूरोनीय-सामीप्यों का प्रतिरोध इस तरह कम हो जाता है जिससे बाद में किसी एक की सक्रियता का प्रभाव दूसरे पर भी पड़ सकता है।

साहचर्य की भाँति विघटन (dissociation) का भी चेतन पक्ष होता है। विघटन का अर्थ न्यूरोनीय सामीप्यों के प्रतिरोध में होने वाले परिवर्तनों के कारण पूर्वस्थापित साहचर्यों का टूट जाना होता है। विघटन के परिणाम-स्वरूप चेतनता का प्रवाह खण्डित और अनैकान्तिक हो जाता है जिसकी अभिव्यक्ति किसी भी मानसिक क्रिया द्वारा हो सकती है।

अवधान और विन्यास

परिवेश में अगम्य उत्तेजनाएँ होती हैं और वे प्रतिक्षण प्राणी के किसी न किसी अंग को प्रभावित करती रहनी हैं। किन्तु प्राणी के लिए उन सब उत्तेजनाओं की ओर एक साथ ध्यान दे सकना नामुमकिन है। वह एक ही

समय अनेक उत्तेजनाओं के प्रति प्रतिक्रियाएँ नहीं कर सकता। उसके ग्राहक आँख, कान आदि परिवेश की उत्तेजनाओं को चुनते हैं। आँख सभी पदार्थों को एक साथ नहीं देखती, कान सभी आवाजों को एक साथ नहीं सुनता। देखने और सुनने आदि की शारीरिक सीमाएँ होती हैं जिनके बाहर ग्राहक परिवेश की उत्तेजनाओं को ग्रहण नहीं कर सकते। इन शारीरिक सीमाओं का अध्ययन ग्राहकों के वर्णन के प्रसंग में विस्तार से किया जायगा।

किन्तु उत्तेजनाओं का चुनाव ग्राहकों की शारीरिक सीमा तक ही नहीं रहता। शारीरिक सीमा के अन्दर आने वाली उत्तेजनाओं में भी चुनाव होता है और वह चुनाव मानसिक होता है। मनस् प्राणी के ग्राहकों को प्रभावित करने वाली असंख्य उत्तेजनाओं में से उसकी किसी तत्कालिक आवश्यकता को पूरा करने वाली उत्तेजना को ही चुनता है। जब आप किसी रोचक कहानी को पढ़ने में लगे होते हैं तो आपको सड़क पर होने वाला कोलाहल सुनाई नहीं देता। मानसिक चुनाव में प्राणी की शारीरिक क्रियाएँ इस ढंग से होती हैं कि वह किसी समय एक ही उत्तेजना के प्रति आकृष्ट हो सकता है। मानसिक चुनाव के परिणाम-स्वरूप शारीरिक क्रियाओं की इस मर्यादा को अवधान (attention) कहते हैं।

अवधान में न्यूरोनीय शक्ति का प्रवाह निर्विघ्न रूप से सामान्य-द्वारक बन जाता है। शक्ति-प्रवाह की ऐसी व्यवस्था से प्रतिक्रिया का केवल एक प्रमुख द्वार ही क्रियाशील रह पाता है जिससे अन्य कम तेज और विरोधी उत्तेजनाएँ अपने अपने ग्राहकों के न्यूरोनीय सामीप्यों (synapse) पर अवरोध हो जाती हैं और शरीर पर प्रभाव डाल कर ध्यान नहीं बाँटा पाती। अवधान से परिवेश प्राणी के लिए केन्द्रीय और परिणामिक बन जाता है। अवधान से उत्तेजनाओं की चेतनता अधिक सजीव और स्पष्ट बन जाती है। अवधान और चेतनता की स्पष्टता में कोई विशेष अन्तर नहीं होता।

अवधान की विशेषताएँ—अवधान से शारीरिक एवं मानसिक क्रियाओं में कुछ विशेषताएँ प्रकट होती हैं। शक्ति के सामान्य-द्वारक होने पर शरीर और ग्राहकों में उचित नियमन (adjustment) हो जाता है जिससे उत्तेजना को ग्रहण करने में सुविधा होती है। अवधान में शारीरिक नियमन देखने के लिए आप बिल्ली को चूहे की ताक में और बगुले को एक टाँग पर खड़े मछली की टोह में देखिए। कला-प्रदर्शनी में आपकी आँख (ग्राहक) में ऐसा नियमन हो जाता है जिससे चित्रों को देखते समय आपका ध्यान और कहीं नहीं भटकता। शारीरिक नियमन से मासपेशियों में तनाव उत्पन्न होता है जिससे उत्तेजना मिलने पर प्रतिक्रिया होने में देर नहीं लगती। यदि आप कोई

जरूरी काम कर रहे हो और उस समय आपके काम में बाधा डाली जाय तो अ प और भी तन्मय हो जाते हैं क्योंकि बाधा की उपेक्षा करने के लिए मासपेशियों का तनाव और बढ़ जाता है ।

अवधान से मनस् में सजगता आती है जिससे उत्तेजना की स्पष्टता बढ़ जाती है । आप कमरे में घड़ी की टिक-टिक स्पष्ट रूप से नहीं सुन पाते किन्तु घड़ी की ओर आकृष्ट होने पर उसकी टिक-टिक बहुत स्पष्ट हो जाती है । घड़ी की टिक-टिक की तीव्रता में कोई भौतिक परिवर्तन न होने पर भी उसका आपके लिए व्यक्तिगत रूप से अधिक स्पष्ट बन जाना अवधान-जन्य व्यापार है ।

अवधान के समय मनस् का क्रियाशील होना अभी तक विवादग्रस्त है । कुछ लोग अवधान में केवल ग्राहको और मासपेशियों के प्रभाव को प्रधानता देते हैं और अवधान (attention) पर ग्राहको और मासपेशियों से अलग मनस् का नियन्त्रण नहीं मानते । इस विषय पर अनेक प्रयोग किए गए हैं किन्तु उनसे यह सिद्ध नहीं हो पाया है कि अवधान पर ग्राहको और मासपेशियों से स्वतन्त्र मनस् का अपना कोई नियन्त्रण होता है । हो सकता है कि कोई व्यक्ति आपकी बात को बड़ी एकाग्रता से सुन रहा हो किन्तु उसका ध्यान और कहीं हो और पूछे जाने पर वह आपकी बातों का सार न बता सके । इसका कारण मनस् का नियन्त्रण नहीं कहा जा सकता । इसका कारण उस व्यक्ति की प्रवृत्तियों की गत्यात्मक (dynamic) दिशा हो सकती है । व्यक्ति की प्रवृत्तियों की गत्यात्मक दिशा ग्राहक या शरीर का उचित नियमन होने पर भी न्यूरोनीय प्रेरणा के प्रवाह की उस व्यवस्था में बाधा डाल सकती है जो अवधान के लिए आवश्यक होती है । इस आधार पर यह कहा जा सकता है कि अवधान व्यक्ति की गत्यात्मक प्रवृत्तियों की क्रियात्मक दिशा पर निर्भर होता है । गत्यात्मक प्रवृत्ति के क्रियात्मक हुए बिना जिस स्थिति पर ध्यान दिया जा रहा है वह ग्राहको के उचित नियमन होने पर भी स्पष्ट नहीं बन सकती । विचार-सागर में गोते लगाते हुए व्यक्ति की आँख पर किसी वस्तु का स्पष्ट प्रतिबिम्ब पड़ सकता है किन्तु वह फिर भी उस वस्तु को स्पष्टतया देख नहीं पाता ।

अवधान के निर्धारक—स्नायु प्रवन्व के प्रसंग में देखा जा चुका है कि हमारे न्यूरोनो में शक्ति होती है और उसी शक्ति के कारण हमारा शरीर उत्तेजनाओं को ग्रहण कर प्रतिक्रिया करने में समर्थ होता है । अवधान के समय वह शक्ति उन्मत्त होकर सामान्य-द्वारक हो जाती है । यदि कोई उत्तेजना

पर्याप्त शक्ति उन्मुक्त न कर सके तो हम उस उत्तेजना के प्रति एकाग्र नहीं हो सकते ।

उत्तेजना यदि शरीर के निश्चित क्षेत्र पर प्रभाव डाले तो हम उसकी ओर आकृष्ट हो जाते हैं । एकाग्रता किसी बोधाग (sense organ) के प्रभावित होने वाले क्षेत्र पर निर्भर होती है । यदि हमारी पीठ पर चीटी रेंग रही हो तो हम उसकी ओर आकृष्ट हुए बिना ही उसे हाथ से भाड़ देते हैं । किन्तु यदि चीटी की जगह छिपकली रेंग जाय तो हम फौरन उसकी ओर आकृष्ट हो जायेंगे क्योंकि उसका रेंगना शरीर के काफी बड़े भाग को प्रभावित करेगा ।

विरोध देखने पर भी हम तत्काल आकृष्ट हो जाते हैं । विरोध कई बातों में उत्पन्न हो सकता है । तीव्रता विरोध उत्पन्न करती है । मेले में आतिश-बाजी होने पर लोग फौरन आकृष्ट हो जाते हैं क्योंकि आतिशबाजी का प्रकाश अपनी तीव्रता से परिवेश में विरोध पैदा कर देता है । परिवर्तन या गतिशीलता भी विरोध लाती है । मौसम का एकदम बदलना या सड़क पर किसी का अचानक दौड़ने लगना हमें आकृष्ट कर लेता है । विरोध नवीनता से भी होता है इसीलिए मोटरकार बनाने वाले हर साल नए-नए नमूने की मोटरे बनाते हैं । विचित्रता भी विरोध लाती है, बहुरूपि अपनी विचित्रता से हो लोगो का ध्यान आकृष्ट करते हैं । विरोध विषमता से भी आता है, लम्बे आदमी के साथ नाटा आदमी, मोटे के साथ पतला आदमी लोगो का ध्यान खींच लेते हैं ।

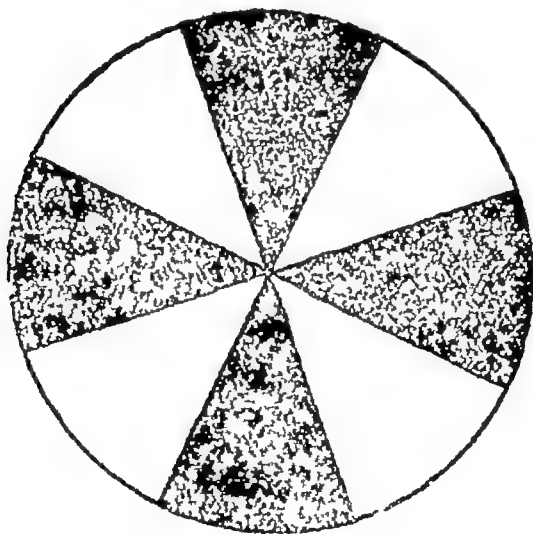
अवधान बहुत सी व्यक्तिगत बातों पर भी निर्भर होता है । भूखा आदमी खाने की हल्की से हल्की गंध पा लेता है । लहराते हुए काले बादलो में किसान अपना भविष्य देखता है, कवि सौंदर्य देखता है, विज्ञानी कार्यकारण नियम देखता है, प्रोषितपतिका विरह की रात देखती है और पपीहा स्वाती की बूँद देखता है । केटली के ढक्कन को बच्चा खेलने के लिए लेता है, गृहणी चाय तैयार करने के लिए लेती है और जेम्स वाट ने भाप का आविष्कार करने के लिए लिया था ।

अवधान के प्रकार—अनुभव में हमें अवधान (attention) के तीन प्रकार मिलते हैं अनायास (involuntary), सायास (voluntary) और स्वाभाविक (habitual) । यदि हम किसी उत्तेजना को ग्रहण करने के लिए सचेष्ट न हो किन्तु फिर भी वह हमारा ध्यान खींच ले तो यह अनायास अवधान होगा । आकस्मिक धक्का, जोर का घमाका, अप्रत्याशित घटना का हो जाना ध्यान खींच लेते हैं यद्यपि हम उनकी ओर ध्यान देने का प्रयत्न नहीं करते ।

चेष्टा के साथ ध्यान देने को सायास अवधान कहते हैं। अपने हित की बात में अपनी गत्यात्मक प्रवृत्तियों के प्रतिकूल भी सायास ध्यान देना पड़ता है। अखबार न देखने वाला व्यक्ति भी नौकरी के विज्ञापन के लिए अखबार देखता है। काहिल आदमी को अपना पेट भरने के लिए हाथ पैर हिलाना ही पड़ता है।

कुछ उत्तेजनाएँ ऐसी होती हैं जिनकी ओर हर व्यक्ति का ध्यान स्वभावतः चला जाता है। स्वाभाविक अवधान जन्मजात होता है किन्तु शिक्षा आदि से उसमें एक सीमा तक परिमार्जन कर सकना संभव है। मेनका ने आखिर विश्वामित्र का तप भग कर ही डाला था। सुन्दर स्त्री के प्रति पुरुष का आकृष्ट होना उतना ही स्वाभाविक है जितना कि स्त्री के लिए स्वस्थ पुरुष के प्रति। मित्रों की हर बात सच्ची और अच्छी लगना उतना ही स्वाभाविक है जितना कि शत्रु की बातों का झूठी और बुरी लगना। स्वाभाविक अवधान व्यक्ति की शारीरिक आवश्यकताओं और गत्यात्मक प्रवृत्तियों का परिणाम होता है।

अवधान की चंचलता—ध्यान एक ही उत्तेजना पर देर तक स्थिर नहीं रहता। यह आपको किसी क्षीण उत्तेजना के अनुभव से स्पष्ट हो जायगा। आकाश में किसी कम टिमटिमाते तारे को ध्यान से देखिए तो आपको लगेगा



चित्र १८

कि बीच-बीच में वह बिल्कुल दिखाई नहीं देता। किसी घड़ी को इतना दूर रगिया जहाँ में उसकी टिक-टिक केवल सुनाई भर पड़े। आप अनुभव करेंगे कि बीच-बीच में घड़ी की टिक-टिक सुनाई नहीं देती। चित्र १८ को देखिए। इस चित्र में कुछ क्षणों तक आपको सफेद वृष्ठभूमि पर काला रंग और कुछ क्षणों

बाद काली पृष्ठभूमि पर सफेद रङ्ग दिखाई देगा। आप अवधान की चचलता को रोकने की कितनी ही कोशिश क्यों न करे लेकिन पृष्ठभूमि जब तब बदलती ही रहेगी।

अवधान की चचलता का कारण क्या ग्राहको (receptors) के नियमन में परिवर्तन होना है या मनस् की अस्थिरता का परिणाम है? क्षीण उत्तेजना को ग्रहण करते समय प्राणी का सारा शरीर (ग्राहको से लेकर मनस् तक) पूरी तरह से क्रियाशील रहता है। अवधान की चचलता का कारण बोधवाहक न्यूरोनो में नहीं हो सकता क्योंकि बोधवाहक न्यूरोनो की क्रिया में नियमित स्थिरता होती है। अवधान की चचलता का कारण या तो ग्राहक में हो सकता है या मनस् में या ग्राहक और मनस् दोनों में।

जो लोग अवधान की चचलता का कारण ग्राहक में मानते हैं वे, उदाहरण के लिए, दृष्टि की चचलता को कुछ मासपेशियों का परिणाम बताते हैं। वे मासपेशियाँ कुछ देर के लिए पदार्थ की स्पष्टता को घटा देती हैं। लगातार देखते रहने से आँख की सीलियरी (ciliary) मासपेशी थक जाती है जिससे दृष्टिगत पदार्थ स्पष्ट नहीं रहता। जब उस मासपेशी की थकान दूर हो जाती है तो पदार्थ फिर स्पष्ट हो जाता है। अवधान की चचलता का कारण सीलियरी मासपेशी की थकान और थकान दूर होने के बीच का समय होता है।

किन्तु प्रयोगों द्वारा यह सिद्ध हो चुका है कि दृष्टि-चचलता में सीलियरी मासपेशी का कोई हाथ नहीं होता। सीलियरी मासपेशी को कृत्रिम साधनों से निष्क्रिय कर देने पर भी दृष्टि चचल बनी रहती है। इस और इसी तरह के अन्य प्रयोगों के आधार पर यह साबित-सा हो चुका है कि अवधान की चचलता की व्याख्या ग्राहको में ढूँढना ठीक नहीं है।

जो लोग अवधान की चचलता का कारण मनस् में मानते हैं उनका कहना है कि चचलता कोर्टेक्सिय कोपो (cortical cells) की थकान के कारण होती है। किन्तु चचलता के नियमित होने का कारण क्या है? अवधान हर पाँच या छह सेकेन्ड के बाद नियमित ढंग से चचल होता है। इसका कारण शरीर में रक्त-संचार की गति और साँस लेने की क्रिया के आरोह-अवरोह को समझा जा सकता है।

इस प्रसंग में यह प्रश्न उठाया जा सकता है कि यदि अवधान क्रिया चचल और अस्थिर होती है तो हम देर तक कोई काम कैसे कर लेते हैं? इसका कारण हमारी शारीरिक क्रिया-शक्ति का एक विशेष प्रवन्ध है जो प्रतिक्रिया शुरू होने के समय उस प्रतिक्रिया से सम्बन्धित मासपेशियों में शक्ति सम्भरण को

इस प्रकार नियमित करता है जिससे वह प्रतिक्रिया देर तक स्थिर रह सके । जब आप पढ़ने बैठते हैं तो आपकी शारीरिक क्रियाओं में ऐसा प्रबन्ध हो जाता है जिससे आँख की मासपेशियों को निरन्तर शक्ति मिलती रहती है और आप देर तक पढ़ सकने में समर्थ होते हैं ।

अवधान को स्थिर करने का एकमात्र उपाय अपनी गत्यात्मक प्रवृत्तियों को सुदृढ बनाना है । निरवधान ((inattention)) नाम की कोई चीज नहीं होती । गत्यात्मक प्रवृत्तियों की दृढता के अभाव में व्यक्ति अन्यमनस्क हो जाता है । उसे अपना मन जिस ओर लगाना चाहिए उसकी गत्यात्मक प्रवृत्तियों की परिक्षीणता उसे उस ओर नहीं लगने देती । उसका ध्यान सदा बँटा रहता है और इधर-उधर भटका करता है । ऐसा व्यक्ति जीवन में सफल नहीं हो सकता ।

विन्यास—परिवेश की विभिन्नता में भी प्राणी का व्यवहार सुसयत रहता है और अधिकतर उसी प्रकार का होता है जिस प्रकार का होना चाहिए । इसका कारण यह है कि प्राणी निश्चित उत्तेजनाओं के प्रति निश्चित प्रतिक्रियाएँ करने को पहले से ही तैयार सा रहता है । इस तैयारी को विन्यास (set) कहा जाता है । अवधान द्वारा शक्ति की एकाग्रता से प्राणी में तत्क्षण कार्यकुशलता आ जाती है, विन्यास से कार्यकुशलता दीर्घकालीन बनती है ।

कुश्ती लड़ने के पहले दस बारह-बैठके लगाकर हम अपना शारीरिक विन्यास कर अखाड़े में उतरने को प्रस्तुत हो जाते हैं; कोई बात याद करते या कठिन समस्या हल निकालते समय माथे पर बल डालकर मानसिक-विन्यास करते हैं । विभिन्न स्थितियों में किसी स्थिति विशेष के प्रति आवश्यक विन्यास कर लेते हैं । किसी लक्ष्य तक पहुँचने के लिए उस लक्ष्य के प्रति विन्यास कर लेते हैं । परिवेश का कुशलतापूर्वक सामना करने के लिए विन्यास का बड़ा महत्त्व है । जब द्रोणाचार्य ने अपने शिष्यों की धनुर्विद्या की परीक्षा ली तो उसमें अर्जुन ही उत्तीर्ण हुआ । अर्जुन की सफलता का रहस्य उसके विन्यास में था । उसने अवधान द्वारा स्थिति और लक्ष्य के प्रति ऐसा विन्यास कर लिया कि उसे चिड़िया के अतिरिक्त परिवेश की अन्य उत्तेजनाओं (पेड़, पत्ते, पास में खड़े लोग आदि) का ध्यान ही नहीं रह गया । बाद में अवधान द्वारा उसकी शारीरिक शक्ति का प्रवाह इतना सामान्य-द्वारक हो गया कि उसे चिड़िया की आँख के अलावा और किसी बात की सुबूही न रही । वस उसने तीर चलाकर लक्ष्य को वेध दिया । विन्यास लक्ष्य वेधने की पहली सीढ़ी है । अवधान और विन्यास द्वारा अर्जुन की तरह आप भी अपने लक्ष्य पर निशाना लगाकर सफल हो सकते हैं ।

प्रतिक्रिया-समय—विन्यास से प्रतिक्रिया समय घट जाता है। उत्तेजना मिलने और प्रतिक्रिया होने के बीच में जो समय लगता है उसे प्रतिक्रिया-समय (reaction time) कहते हैं। कोई व्यक्ति किसी उत्तेजना के प्रति जल्दी प्रतिक्रिया करता है और कोई देर से। जिस व्यक्ति का प्रतिक्रिया-समय अपेक्षाकृत जितना कम होता है उसकी कार्य-कुशलता उतनी ही ज्यादा होती है।

प्रतिक्रिया-समय (reaction time) के व्यक्तिगत अन्तर का अध्ययन करने के लिए मनोविज्ञानियों ने अनेक प्रयोग किए हैं। प्रयोगों से यह पता चला है कि प्रतिक्रिया का समय अवधान की दिशानुसार बदलता रहता है। व्यक्ति का ध्यान यदि उत्तेजना पर ज्यादा लगा हो और प्रतिक्रिया पर कम तो प्रतिक्रिया समय बढ़ जाता है यदि प्रतिक्रिया पर ज्यादा लगा हो तो प्रतिक्रिया-समय घट जाता है। सौ गज की दौड़ में भाग लेने वालों में जो तमचे की आवाज की ओर अधिक ध्यान रखते हैं उनका प्रारम्भ बिगड़ जाता है, जो दौड़ने पर अधिक ध्यान रखते हैं उनका प्रारम्भ अच्छा होता है।

प्रतिक्रिया-समय ग्राहको पर भी निर्भर होता है। ठंड और स्पर्श का प्रतिक्रिया-समय बहुत कम होता है, प्रकाश का अधिक होता है। स्वाद और गन्ध के ग्राहको का प्रतिक्रिया-समय सबसे ज्यादा होता है। प्रतिक्रिया-समय आयु के अनुसार भी बदलता रहता है। बच्चों और बूढ़ों का प्रतिक्रिया-समय ज्यादा होता है क्योंकि उनमें अवधान (attention) की कमी होती है।

संज्ञा करना

अवधान से हम जानने के लिए तैयार हो जाते हैं लेकिन जानना यही तक सीमित नहीं होता। उत्तेजना मिलने पर अनेक ग्राहक क्रिया करते हैं और हर ग्राहक एक दूसरे से स्वतंत्र रहकर अपनी प्रेरणाओं से मनस् के अपने क्षेत्र को प्रभावित करता है। ये अनेक प्रेरणायें मनस् में जाकर इकाई कैसे बन जाती हैं? किसी पदार्थ को देखते समय हमें उसके अवयवों (parts) रङ्ग, आकार आदि का ही संवेदन होता है। लाल रङ्ग, गोल सी शक्ल, एक विशेष आकार आदि के संवेदनों के आधार पर हम किसी वस्तु को नारङ्गी क्यों कहते हैं? संवेदन तो हमें नारङ्गी के अवयवों (parts) का ही होता है, 'नारङ्गी' का नहीं। शक्ति की वह कौन सी व्यवस्था है जिससे हम कुछ विभिन्न संवेदनों के समूह को एक इकाई में संगठित कर उन्हें 'नारङ्गी' कहते हैं।

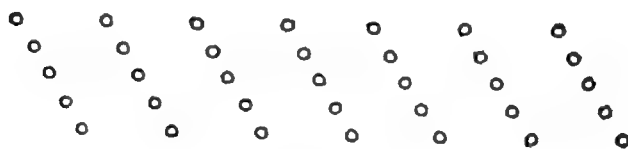
शक्ति की उस व्यवस्था को जिससे विभिन्न संवेदन एक इकाई में संगठित होकर अवयवी (whole) बन जाते हैं संज्ञा (Perception) कहते हैं। रङ्ग, आकार आदि नारङ्गी के विशेष भाग होते हैं और यदि जानना नारङ्गी

के इन्ही विशेष भागो का संवेदन करने तक ही सीमित होता तो हमें नारङ्गी की सज्ञा (Perception) कदापि नहीं हो सकती । नारङ्गी अपने अवयवों का जोड़ न होकर एक अलग सत्ता होती है जिसे सज्ञा द्वारा ही जाना जा सकता है । सज्ञा विभिन्न संवेदनो का एक ऐसा संगठन है जो संवेदनो के योग से (unique) होता है । सज्ञा द्वारा हम अवयवों (parts) को न जानकर अनन्वय अवयवी (whole) को जानते हैं ।

सज्ञा (Perception) एक मानसिक क्रिया है जिसके द्वारा विभिन्न संवेदन संगठित होकर अवयवी (whole) बन जाते हैं । संवेदन में केवल ग्राहक (receptors) ही क्रियाशील होते हैं, मनस् नहीं । सज्ञा के समय मनस् सक्रिय होता है जिससे उसकी क्रियाशीलता द्वारा निर्विशेष संवेदन संगठित और व्यवस्थित होकर सविशेष बन जाते हैं । सज्ञा सविशेष संवेदन है । यदि मनुष्य में सज्ञाशक्ति न होती तो उसका ज्ञान अत्यन्त सीमित होता और उसकी अपने परिवेश (environment) से समायोजन करने की क्षमता और कार्य कुशलता बड़े निचले स्तर की होती । मनुष्य अन्य प्राणियों से इसीलिए श्रेष्ठ है कि वह अपनी सज्ञा-शक्ति द्वारा संवेदनो को नाम, रूप, गुण, भेद से सविशेष बनाकर ज्ञान प्राप्त करता है । संवेदन मनस् की क्रियाशीलता से सज्ञा और सार्थ बनते हैं ।

सज्ञा द्वारा संवेदन एक ओर तो संगठित और व्यवस्थित होते हैं और दूसरी ओर सार्थक बनते हैं । पहले संवेदनो के संगठन के आधारों पर विचार करना चाहिये ।

संगठन के नियम (१)—समीपता (Proximity)—जिन विभिन्न उत्तेजनाओं में ज्यादा समीपता होती है वे परस्पर संगठित हो जाती हैं । चित्र १६

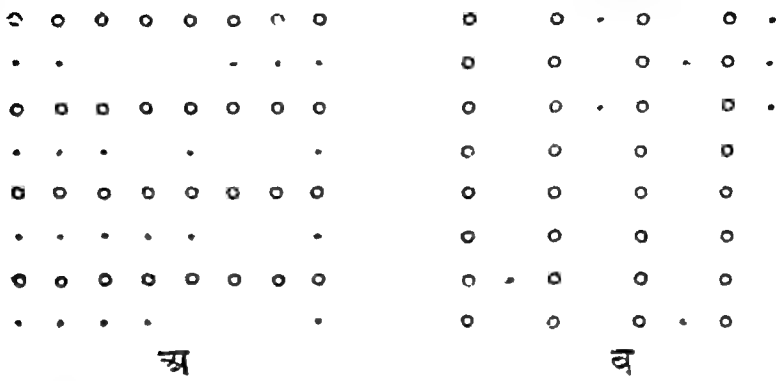


चित्र १६

को देखिए । आपको सात आड़ी रेखाएँ दिखाई देंगी, पाँच पड़ी रेखाएँ नहीं । गोलों में पड़ी दिशा की अपेक्षा आड़ी दिशा में अधिक समीपता है, इसलिए वे अपनी समीपता के कारण संगठित होकर सात आड़ी रेखाओं की भाँति दिखाई देते हैं ।

(२) सदृशता (Similarity)—वे उत्तेजनाएँ जो एक दूसरे से कुछ सादृश्य रखती हैं संगठित हो जाती हैं । सदृशता उत्तेजनाओं के गुणों, तीव्रता

और आकार या रूप पर निर्भर होती है । यह चित्र २० से स्पष्ट है । अ और व दोनो चित्रो के बिन्दुओ और गोलो की समीपता में कोई अन्तर नहीं है किन्तु फिर भी गोले अपनी तीव्रता और आकार के कारण अ चित्र में पड़ी रेखाओ में और व चित्र में खड़ी रेखाओ में सगठित हो जाते हैं ।



चित्र २०

(३) खण्डपूर्ति सिद्धान्त—पहले कहा जा चुका है कि सज्ञा करते समय हम अवयवों को अलग-अलग न देखकर उन्हें एक व्यवस्थित अवयवों



चित्र २१

(Organised Whole) के रूप में देखते हैं । चित्र २१ को देखिए । इसमें अपूर्ण रूपरेखाएँ मात्र ही दी हुई हैं किन्तु हम उनकी अपूर्णता को अपनी ओर से पूरा करके आकृति को पूर्ण रूप में देखते हैं । सज्ञा करने की यही विशेषता सज्ञा और सवेदन के भेद को और भी स्पष्ट कर देती है ।

नीचे चित्र २२ को देखिये । यद्यपि अपने आप में इस चित्र में केवल काले धब्बे ही हैं किन्तु एक व्यवस्थित अवयवी के रूप में देखने के कारण मालूम होता है कि चित्र में कोई घुडसवार चला जा रहा है ।



चित्र २२

(४) आकृति और भूमि—पूर्ण को देखने का सङ्गठन प्रायः आकृति (figure) और भूमि (ground) का रूप ले लेता है । आकृति बहुत स्पष्ट दिखाई पड़ती है और शेष दृश्यक्षेत्र भूमि बन जाता है । आकृति भूमि से उभरी हुई-सी और ज्यादा पास मालूम होती है । आकृति और भूमि की सज्ञा की व्याख्या अवधान की चंचलता के आधार पर करना दोषपूर्ण है । अवधान की चंचलता से आकृति में भूमि या भूमि में आकृति की सज्ञा नहीं होती । यो तो हमारा ध्यान पहले आकृति की ओर ही जाता है किन्तु हो सकता है कि ध्यान से पहले भूमि पर ही चला जाय चाहे आकृति भूमि से उभरे या न उभरे । आकृति सिनेमाघर के अन्दर होने वाले शोर और किसी व्यक्ति का ऊँचे स्वर से बात-चीत करने की उत्तेजनाओं में क्रमशः भूमि और आकृति का सम्बन्ध होता है क्योंकि ऊँचे स्वर से बात करना (आकृति) सिनेमाघर के शोर (भूमि) के ऊपर उभरता सुनाई देता है । हो सकता है कि हम सिनेमाघर में घुसने पर केवल शोर ही सुने और किसी व्यक्ति की ऊँचे स्वर में की जाने वाली बात-चीत न सुन सकें ।

(५) विन्यास (set)—सज्ञा पर मानसिक विन्यास का भारी प्रभाव पड़ता है । जब मनस् में किसी उत्तेजना से न्यूरोनीय प्रेरणाओं (nervous impulses) के प्रवाह की जटिल बाढ़-सी आ जाती है तो उसका सङ्गठन पूर्व अनुभव के आधार पर बन चुके विन्यास के अनुसार होता है । दो व्यक्ति एक ही उत्तेजना के प्रति अलग-अलग प्रतिक्रियाएँ कर सकते हैं क्योंकि वे अपने विन्यास के आधार पर उसी उत्तेजना की सज्ञा विभिन्न ढंग से करते हैं । किसी व्यक्ति की प्रतिक्रिया को बदलने का एक उपाय उसके परिवेश की सज्ञा करने

के ढंगों को बदल देना है। चित्र २३ को देखिए। पूर्व अनुभव के आधार पर बने विन्यास (set) के कारण हो सकता है कि आप इसे टेलीफोन या आइसक्रीम की एक खवसूरत प्याली समझ बैठे। ठीक है, किन्तु चित्र को जरा गौर से



चित्र २३

देखने पर आपके मनस् की न्यूरोनीय प्रेरणाओं का प्रवाह इस तरह भी सङ्गठित हो सकता कि आपको चित्र में आमने-सामने मुँह किए दो जानवर दिखाई पड़ने लगे। “जिनकी रही भावना जैसी, हरि मूरत देखी तिन तैसी।”

संज्ञा संगठन मात्र करने तक ही सीमित नहीं होती। हमें कुछ ऐसी धारणाओं की संज्ञा (perception) भी होती है जिनका संवेदन कभी नहीं होता। ये धारणाएँ काल (time), प्रसर (space), गति, परिमाण भार आदि हैं। मानवी व्यवहार में इन धारणाओं का बहुत बड़ा महत्व है। ये धारणाएँ संवेदनो के संगठन का परिणाम नहीं होती। अनुभव में आपने घड़ी देखी होगी, भारी पत्थर देखा होगा, बीस नाशपाती देखी होगी लेकिन काल, भार और परिमाण नहीं देखा होगा। इन धारणाओं की संज्ञा विभिन्न ग्राहकों (receptors) के पारस्परिक सहयोग और क्रिया से होती है। जिस पर ग्राहकों के अध्ययन के बाद विस्तार से विचार किया जायगा।

संज्ञा और सार्थकता—मनस् संवेदनो का केवल सङ्गठन ही नहीं करता, वह सङ्गठित संवेदनो को सार्थक भी बनाता है। सङ्गठन पहले होता है और सामान्यतः सार्थकता पर निर्भर नहीं होता। हम अर्थ न जानते हुए भी अनेक उत्तेजनाओं का सङ्गठन करते रहते हैं। प्राणी में थोड़ा-बहुत संगठन कर सकने की शक्ति जन्मजात होती है, शेष उसे सीखनी पड़ती है। यद्यपि सङ्गठन सार्थकता से पहले होता है किन्तु कभी-कभी सार्थकता सङ्गठन करने में सहायक होती है।

उत्तेजना तभी सार्थक बनती है जब वह अपने से अलग किसी चीज का निर्देश करे। उत्तेजना अपने प्रसङ्ग के अनुसार सार्थक बनती है। जमीन पर लाल धब्बे को देखकर आप उसे खून, लाल स्याही या कत्थे का दाग समझ सकते हैं। किन्तु इन तीनों में कौन सी बात सही है यह पूरी स्थिति के प्रसङ्ग में ही जाना जा सकता है। यदि आप वही किसी घायल पक्षी को देखें तो आप धब्बे को खून ही समझेंगे। यदि धब्बे के पास स्याही की शीशी पड़ी हो तो आप धब्बे को स्याही का दाग समझ बैठेंगे। यदि धब्बे के पास पानदान रक्खा हो तो आप धब्बे को कत्थे का दाग समझ लेंगे। धब्बे को सार्थक बनाने के लिए तत्कालिक संवेदनों से परे जाना पड़ता है और अर्थनिश्चय अनुभव के प्रसङ्ग के अनुसार होता है।

बहुत-सी उत्तेजनाएँ पूर्व अनुभव के आधार पर सार्थक बनती हैं। किसी उत्तेजना का अर्थ इस बात पर बहुत निर्भर करता है कि उसने हमें पहले किस प्रकार उत्तेजित किया था और हमने उसके प्रति क्या प्रतिक्रिया की थी। उत्तेजनाओं का अर्थ पूर्व अनुभव के आधार पर किया जाता है, उनका नया अर्थ सीखना पड़ता है। बच्चा पहले हर चीज को मुँह में रख लेता है किन्तु धीरे-धीरे सीख जाता है कौन चीज खाने की है और कौन नहीं। उत्तेजना का अर्थ बदलने पर उसके प्रति हमारी प्रतिक्रिया भी बदल जाती है। सड़क पर कुत्ते के सदृश पशु को देख कर आप निश्चिन्त रहेंगे किन्तु यह जानने पर कि वह कुत्ता न होकर भेड़िया है आपकी प्रतिक्रिया तत्काल बदल जायगी और आप सिर पर पैर रखकर भाग खड़े होंगे।

संज्ञादोष—संज्ञादोष (error of perception) होना दैनिक अनुभव की मामूली सी बात है। यदि दो आदमियों की लम्बाई में दो-तीन इंच का अंतर हो तो वह आसानी से पता चल जाता है, किन्तु यदि आधा इंच हो तो मुश्किल पड़ती है। अन्तर ज्यादा होने पर भेद करना आसान होता है, कम होने पर कठिन। दो लम्बी चीजों की तुलना करने या दो वस्तुओं के बोझ का अनुभव करने में, यदि उनका अन्तर बहुत कम हो तो जरूर गलती होती है। यदि अनेक व्यक्तियों को ५० मिलीमीटर लम्बी एक दी हुई रेखा के नीचे उसी के बराबर २०० रेखाएँ खींचने को कहा जाय तो उनकी खींची हुई उन २०० रेखाओं में कुछ ५० मिलीमीटर से जरा बड़ी होगी और कुछ जरा छोटी। किन्तु उनकी विभिन्नता ४५-५५ मिलीमीटर के भीतर ही होगी। यह उन लोगों का परिवर्तनीय संज्ञादोष (variable error of perception) होगा। यदि हम उनमें से किसी व्यक्ति की सारी

रेखाओं की नाप के जोड़ को २०० से भाग दे तो हमें उस व्यक्ति के सज्ञादोष का औसत पता चल जायगा। वह औसत ५० मिलीमीटर से जरा कम या जरा ज्यादा हो सकता है (मान लीजिये ४६ या ५१ मिलीमीटर)। इस औसत से हमें उस व्यक्ति का सतत् सज्ञादोष (constant error) पता चल जायगा। सतत् सज्ञादोष अभ्यास द्वारा सुधारा या कम किया जा सकता है। परिवर्तनीय सज्ञादोष हमारी शरीर-रचना के परिणाम-स्वरूप होता है और उसे एक सीमा के बाहर नियंत्रित नहीं किया जा सकता।

वेबर का नियम—उपर्युक्त प्रसंग में यह प्रश्न उठाया जा सकता है कि यदि दी हुई रेखा की लम्बाई ५० मिलीमीटर की जगह १०० मिलीमीटर हो तो क्या परिवर्तनीय सज्ञादोष (variable error) ४५-५५ मिलीमीटर के भीतर ही होगा? नहीं। परिवर्तनीय सज्ञादोष की सीमा उत्तेजना के अनुपात के साथ-साथ बढ़ती है। कम बोझ के पत्थर को उठाने में उसके अनुमानित भार का परिवर्तनीय सज्ञादोष कम होगा, ज्यादा बोझ के पत्थर में ज्यादा होगा। इस सम्बन्ध में जर्मनी के शरीरविज्ञान-वेत्ता हाइनरिख वेबर (१७६५-१८७८) ने एक नियम बनाया था। वेबर के नियम के अनुसार सज्ञादोष का परिवर्तन उत्तेजना के एक निश्चित अनुपात से होता है। यदि ५० मिलीमीटर लम्बी रेखा के परिवर्तनीय सज्ञादोष (variable error) की सीमा ४५-५५ (अर्थात् ५) मिलीमीटर है तो १०० मिलीमीटर की रेखा के परिवर्तनीय सज्ञादोष की सीमा ९०-११० (अर्थात् १०) मिलीमीटर होगी। इसी प्रकार १५० की ६ मिलीमीटर, २०० की १२ मिलीमीटर होती चली जायगी। उत्तेजना के बढ़ने पर परिवर्तनीय सज्ञादोष का अनुपात भी निश्चित रूप से बढ़ता जायगा। वेबर का यह नियम बहुत क्षीण और बहुत तीव्र उत्तेजनाओं पर लागू नहीं होता।

१० और ११ तोले का भेद उतनी ही आसानी से जान लिया जाता है जितनी आसानी से १० और ११ छटाँक का। इस भेद का अनुपात दोनों जगह १/१० है। २० और २१ कैंडिल पावर बल्ब के प्रकाश के भेद को २०० और २१० कैंडिल पावर के बल्ब के भेद की भाँति ही जानना आसान होता है। यहाँ दोनों जगह भेद का अनुपात १/२० है। यदि बोझ और प्रकाश में क्रमशः १/१० और १/२० का अनुपात न हो तो हम उनके भेद को नहीं जान सकते। वेबर के नियम के अनुसार जाना जा सकने वाला न्यूनतम भेद दो उत्तेजनाओं की निरपेक्ष मात्रा का न होकर उनके निश्चित अनुपात (ratio) का होता है^१। १० और ११ तोले और १० और ११ छटाँक में

^१ “in observando discrimine rerum inter se comparatarum non differentiam rerum, sed rationem differentiae ad magnitudinem rerum inter se comparatarum percipimus”

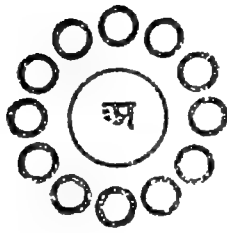
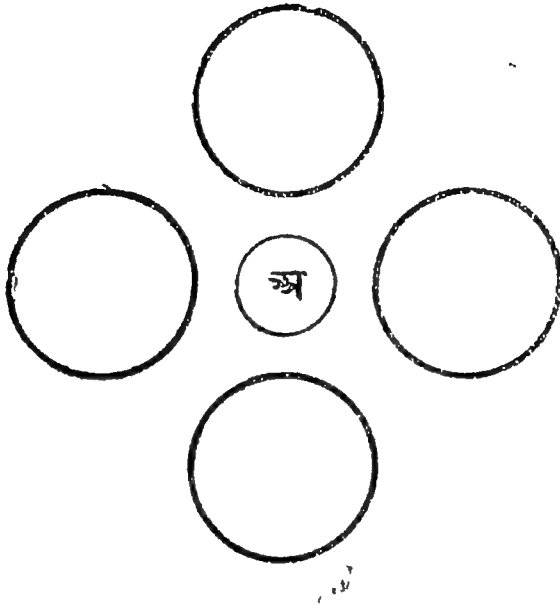
हम १० और ११ तोले और छटाँक की निरपेक्ष मात्रा नहीं जानते वरन् उन दोनों की मात्राओं के अनुपात के भेद $1/10$ भाग को जानते हैं। जाना जा सकने वाला निश्चित अनुपात का यह न्यूनतम भेद उत्तेजनाओं के प्रकार पर निर्भर होता है।

वेबर के नियम का व्यावहारिक महत्व बहुत है। यदि हम भेद करते समय उत्तेजनाओं की निरपेक्ष मात्रा ही जानते और उनके निश्चित अनुपात के भेद को न जान सकते तो हमें बाह्य जगत का बड़ा विचित्र अनुभव होता। हमें जो चीज पास में तीन हाथ लम्बी दिखाई पड़ती वह दूर पर भी उतनी ही लम्बी दिखाई पड़ती और हम यह जान सकने में असमर्थ रहते कि वह चीज हमारे कितने पास या हमसे कितनी दूर है। इसका असर हमारी कार्य कुशलता और शारीरिक सतुलन पर भी पड़ता। व्यावहारिक महत्व के अतिरिक्त वेबर-नियम अनुमान और भेद कर सकने की मानवी सीमाओं को भी बताया है।

भ्रम—उत्तेजना का यथार्थ रूप न देख सकना ही भ्रम है। भ्रम शारीरिक और मनोवैज्ञानिक कारणों से होते हैं। शराबी को अपने चारों ओर की चीजें घूमती नज़र आती है, तिमिर रोगी को जाल और बाल दिखाई देते हैं, विक्षिप्त और पागल आदमी की सज्ञात्मक प्रतिक्रिया स्वस्थ और प्रकृत आदमी से अलग होती है। भ्रम वातावरण की अवस्था के कारण भी हो सकता है। कुहरे, अँधेरे आदि में उत्तेजनाओं का यथार्थ रूप जान सकना कठिन होता है।

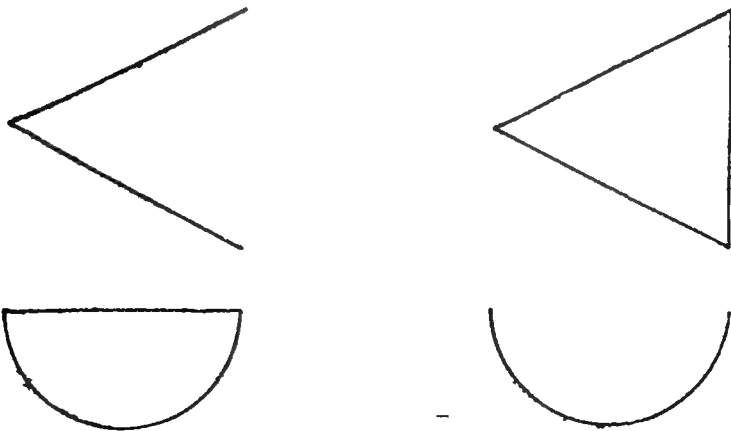
मनुष्य की संवेदनशीलता, संवेदनो को संगठित करने की शक्ति, संवेदनो को पर्याप्त रूप से सार्थक बना पाने की शक्ति सीमित होती है। कुछ भ्रम मनुष्य की इन सीमाओं के परिणाम-स्वरूप भी होते हैं। ऐसे भ्रम सामान्य होते हैं और कुछ नियमों के अनुसार होते हैं। शायद वह दिन आए जब मनुष्य की ये सीमाएँ टूट सकें और वह भ्रम से मुक्त हो सके। इतिहास के लिए तो वह दिन अवश्य गौरवपूर्ण होगा किन्तु मनोविज्ञान के लेखकों और प्रकाशकों के लिए वह एक कयामत होगी क्योंकि उस दिन मनोविज्ञान के वे सारे तथ्य असत्य हो जायेंगे जिनका प्रतिपादन इस पुस्तक में किया गया है।

सामान्य भ्रम—सामान्य भ्रमों में कुछ भ्रम विरोध (contrast) से होते हैं। चित्र २४ को देखिये। इसमें अ गोलो का आकार बराबर है किन्तु बड़े गोलो से घिरकर वह छोटा और छोटे गोलो से घिरकर बड़ा लगता है।



चित्र २४

घिरा हुआ स्थान खुले हुए स्थान की अपेक्षा कम लगता है। यह चित्र



चित्र २५

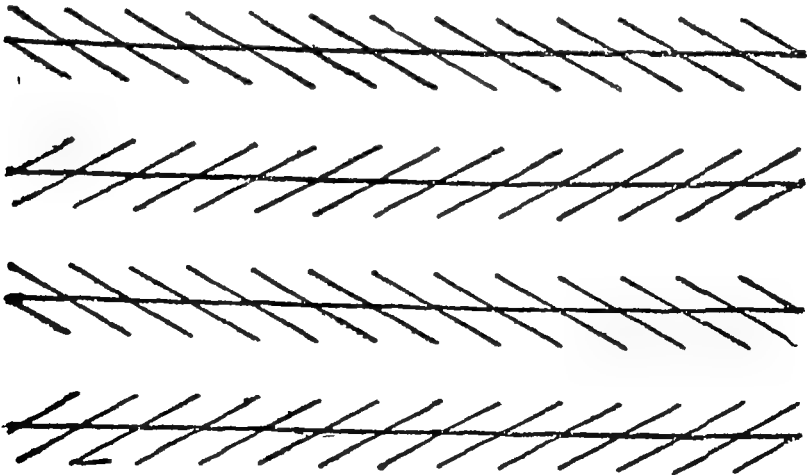
२५ से स्पष्ट हो जायगा । यहाँ प्रत्येक चित्र का क्षेत्र बराबर होने पर भी घिरे क्षेत्र वाले चित्र खुले क्षेत्र वालों से कम लगते हैं ।

चित्र २६ में दोनों आदमियों की तुलना कीजिये । यद्यपि दोनों की लम्बाई और मोटाई बिल्कुल बराबर है फिर भी धारीदार कपड़े पहनने वाला काले रंग के कपड़े पहने आदमी से ज्यादा मोटा लगता है ।



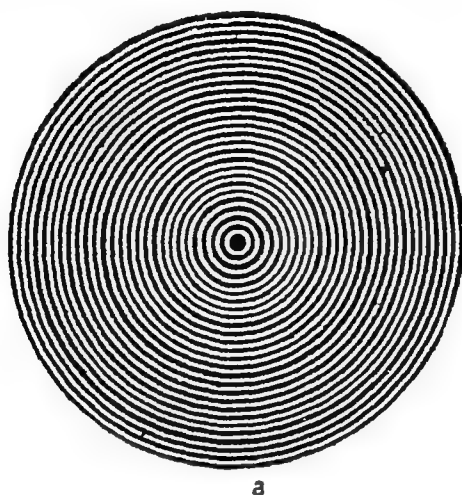
चित्र २६

अब चित्र २७ को देखिये । इसमें चारों रेखाएँ बिल्कुल समानान्तर हैं किन्तु वे फिर भी समानान्तर नहीं लगती । इसका कारण इन रेखाओं पर छोटी रेखाओं द्वारा बने कोणों में है । ६० अंश से कम अंश के कोण अपनी वास्तविकता से ज्यादा बड़े और ९० अंश से ज्यादा अंश के कोण अपनी वास्तविकता से छोटे लगते हैं ।



चित्र २७

चित्र २८ में दिए गए दृष्टि सम्बन्धी कुछ अत्यधिक जटिल सामान्य भ्रमों को और देख लीजिए। आपको ये वृत्त घूमते से दिखाई देंगे।



चित्र २८

इसी प्रकार हमें समय बताने, आवाज़ की दिशा पहचानने और बोझ का अन्दाज़ करने में भी भ्रम होते रहते हैं। सच तो यह है कि ससार की वस्तुएँ हमें वैसी ही दिखाई पड़ती हैं जैसा हम उन्हें देखना चाहते हैं।

सामान्यतः बड़ी चीज़ें भारी हुआ करती हैं। आध सेर वज़न के पीपे और एक सेर वज़न के बाँट में हम पीपे को बाँट से ज्यादा भारी समझते हैं क्योंकि बड़ी चीज़ भारी 'दिखाई पड़ती' है। पीपे को उठाने में हम ज्यादा शक्ति लगाने का विन्यास करते हैं जो उसको उठाने के लिए जरूरत से ज्यादा होती है जिससे पीपा उठाने पर अत्यन्त हल्का लगता है और बाँट को हल्का समझकर उसे उठाने में कम शक्ति लगाते हैं जो जरूरत से कम पड़ती है इसलिए बाँट भारी लगता है। मनोवैज्ञानिक दृष्टि से सेर भर रुई एक सेर लोहे के बराबर नहीं होती।

ज्ञानने के साधन

प्राणी अपने ग्राहको द्वारा बाह्य और आन्तरिक जगत को जानता है। मानसिक क्रिया ग्राहको के उत्तेजित होने पर होती है इसलिए मनोविज्ञान में ग्राहको की महत्ता की उपेक्षा नहीं की जा सकती। हम जो कुछ बनते हैं और जो कुछ करते हैं उसमें हमारे ग्राहको (receptors) का बड़ा भारी हाथ रहता है। हम जिसे अभिमानपूर्वक अपना ज्ञान कहते हैं वह हमारे ग्राहको द्वारा ग्रहण की हुई सामग्री से ही निर्मित होता है। यदि हमारे ग्राहक जैसे हैं वैसे न होकर किसी और प्रकार के होते तो हमारा ज्ञान और अनुभव भी वसा नहीं होता जैसा कि है। हमारा सारा ज्ञान और अनुभव ग्राहक-सापेक्ष है।

बाह्य और आन्तरिक जगत के समुचित ज्ञान के लिए ग्राहको का स्वस्थ होना आवश्यक है। विभिन्न ग्राहक अलग-अलग शक्तियों के प्रति संवेदनशील होते हैं। अतएव उनकी स्वस्थता इस बात पर निर्भर है कि उनकी ग्रहणशीलता में कोई कमी या खराबी न हो। अच्छी ग्रहणशीलता होने पर ही क्षीण से क्षीण उत्तेजनाएँ ग्रहण की जा सकती हैं और उनमें प्रकार-भेद किया जा सकता है। ग्राहको की ग्रहणशीलता अभ्यास से कुछ हद तक उन्नत हो जाती है। सङ्गीतज्ञ अभ्यास के कारण ही अत्यन्त सूक्ष्म स्वरों के भेद को भी सुन लेता है। इस अध्याय में प्रमुख ग्राहको पर एक-एक करके विचार किया जायगा।

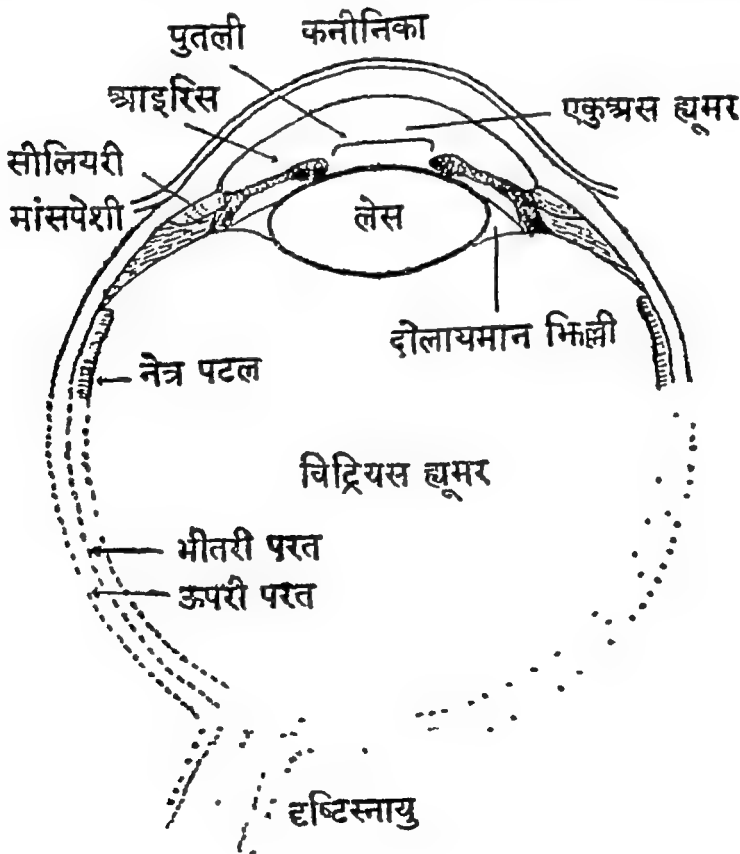
आँख

आँख की महत्ता सारे ग्राहको में सर्वोपरि है। आँखों को ठीक ही 'हृदय की खिडकी' कहा गया है क्योंकि आँखों द्वारा हृदय के सारे भाव व्यक्त हो जाते हैं। क्रोध आने पर आँखों में खून उतर आता है, प्रसन्न होने पर आँखें मुस्कराने लगती हैं, आश्चर्य होने पर विस्फारित हो जाती हैं। सुन्दर वस्तु, विशेषकर स्त्री, आँखों में समा जाती है; विरही लोग रात आँखों में काट देते हैं; बड़ों की अग्रवानी के लिए आँखें बिछा दी जाती हैं, यदि आपने किसी से कर्ज लिया है तो उसका सामना होने पर आप आँख बचाकर निकल जाना चाहते हैं। आँखों की भाषा भी हुआ करती है। आँखें अनेक प्रकार की होती हैं; किसी की आँख नरगिस की तरह होती है, किसी की मछली की तरह,

किसी की हिरन की तरह, किसी की तरबूज की फाँक की तरह और किसी की बटन की तरह । जब से मेरे एक मित्र ने बताया है कि उन्होंने कुलफी जैसी आँखें भी देखी हैं तब से मैं भी वैसी आँखें देखने का उत्सुक हो गया हूँ । कवि लोग तो आँखों में भील भी देखा करते हैं ।

रचना—किन्तु मनोवैज्ञानिक के लिए आँख न तो तरबूज की फाँक है और न कुलफी । उसके लिए आँख शरीर का सबसे महत्वपूर्ण वह अंग है जिसके द्वारा प्राणी परिवेश के पदार्थों और रंगों को जानता है । नेत्रगोलक (eyeball) तीन परतों (coats) से निर्मित होता है । ऊपरी परत सफेद होती है । वह कठोर और प्रतिरोधक (resistant) होती है, नेत्रगोलक की आकृति उसी से बनती है । बीच की परत का काम आँख को पुष्ट करना और रखना होता है । भीतरी परत आँख का क्रियात्मक अंग होती है और प्रकाश की किरणों के प्रति संवेदनशील होती है । भीतरी परत को नेत्रपटल (retina) कहते हैं ।

ऊपरी परत का अगला भाग पारदर्शी होता है और उसे कर्नीका



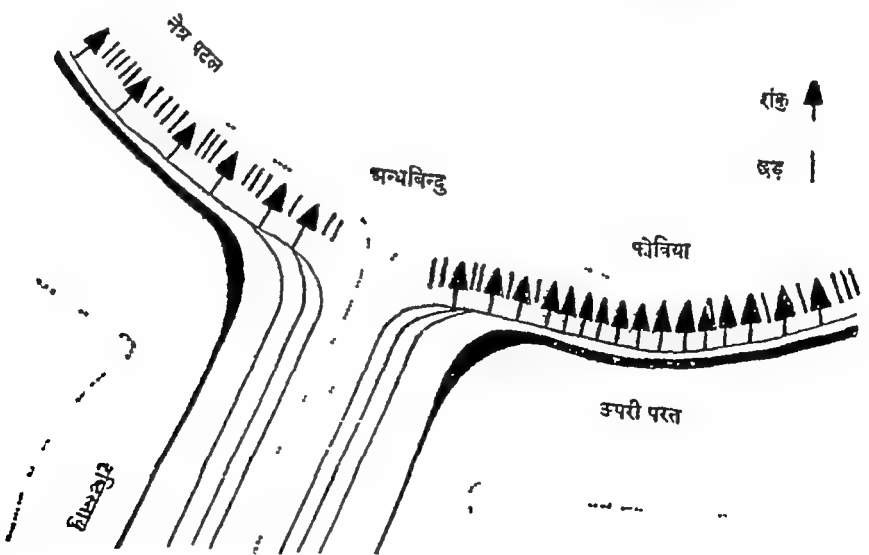
चित्र २६

(cornea) कहा जाता है । कर्नीका के ठीक पीछे एक प्रकार का पारदर्शी

तरल पदार्थ (जिसे एकुअस ह्यूमर, *aqueous humour*, कहा जाता है) भरा होता है। यह तरल पदार्थ शायद उस भील का पानी हो जिसे कवि लोग आँखों में देखते हैं। इस तरल पदार्थ के पीछे लेस (lens) होता है। लेस दोलायमान झिल्लियों (suspensory ligaments) में लटका होता है जो सीलियरी मासपेशियों (ciliary muscles) से नियंत्रित रहती हैं। लेस का काम प्रकाश की किरणों को नेत्रपटल (retina) के सबसे सवेदनशील भाग पर केन्द्रित करना होता है। लेस के सामने एक रंगीन-सी मासपेशी होती है जिसे आइरिस (Iris) कहते हैं। आइरिस के साथ ही एक छेद होता है जिसे पुतली (pupil) कहते हैं। आइरिस का काम पुतली द्वारा लेंस में जाने वाले प्रकाश की मात्रा को नियमित करना होता है। लेंस और नेत्रपटल के बीच भी गाढ़ा-सा पारदर्शी तरल पदार्थ (विट्रियस ह्यूमर, *vitreous humour*) भरा रहता है (चित्र २६)।

नेत्रपटल (retina) न्यूरोनो की तीन तहों से बना होता है। बीच की परत के पास बाहर की तह के कोषों (cells) के डेन्ड्रोन (dendrons) सशोधित होकर शकुओं (cones) और छड़ों (rods) के आकार के बन जाते हैं। शकु और छड़ प्रकाश के प्रति सवेदनशील होते हैं। मनस् को जाने वाली दृष्टि-सवेदन सम्बन्धी न्यूरोनीय प्रेरणाओं (nervous impulses) का प्रादुर्भाव शकुओं और छड़ों पर ही होता है।

दृष्टि-सवेदनो को मनस् तक ले जाने के लिए दृष्टि-स्नायु (optic



चित्र ३०

nerve) होता है। दृष्टि स्नायु जहाँ नेत्रपटल से मिलता है वहाँ शकु और छड़ बिल्कुल नहीं होते जिससे वहाँ दृष्टि-सवेदन का प्रादुर्भाव नहीं हो सकता।

इस स्थान को आँख का अन्धबिन्दु (blind spot) कहा जाता है। इसके विपरीत नेत्रपटल में एक ऐसा भी स्थान होता है जहाँ शकु (cones) बहुत होते हैं। इस स्थान को फोविया (fovea) कहते हैं (चित्र ३०)।

क्रिया—देखने की क्रिया प्रकाश द्वारा सम्भव होती है। प्रकाश में विभिन्न लम्बाई की विद्युत-चुम्बकीय (electro-magnetic) किरणें होती हैं। आँख एक निश्चित लम्बाई की किरणों से ही उत्तेजित होती है। किरणों की ये लम्बाई लगभग ४०० से ७०० मिलीमाइक्रोन (एक मिलीमीटर का दस लाखवाँ हिस्सा) के भीतर होती है। ४०० मिलीमाइक्रोन से कम और ७०० मिलीमाइक्रोन से ज्यादा लम्बाई की किरणें आँख को उत्तेजित नहीं कर पाती।

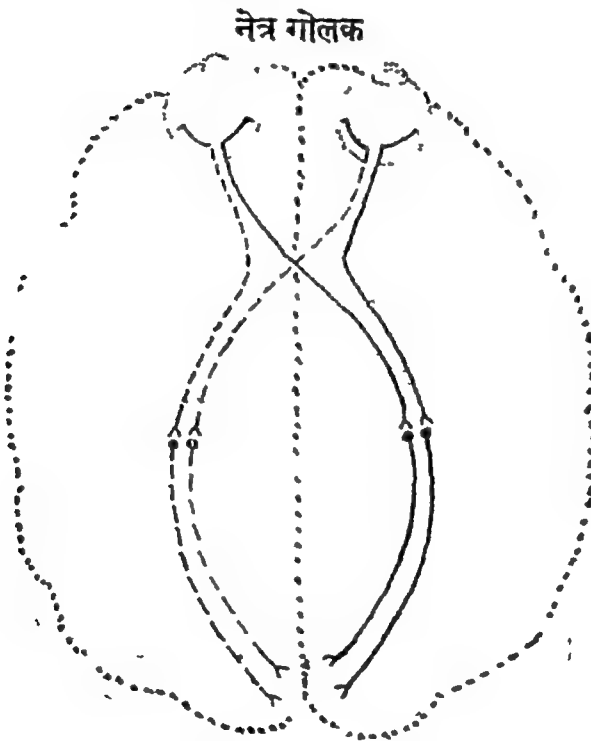
प्रकाश की किरणें जब आँख में प्रवेश करती हैं तो आइरिस (Iris) सिकुड़कर या फैलकर पुतली द्वारा लेस तक जाने वाली किरणों की मात्रा को नियमित कर देती है। प्रकाश की मात्रा का नियमित होना बहुत आवश्यक है क्योंकि नेत्रपटल अत्यन्त सवेदनशील होता है और प्रकाश यदि अनियमित मात्रा में नेत्रपटल पर पड़ जाय तो नेत्रपटल भूलस जाता है।

किरणें फिर ऐकुअस ह्यूमर नामक पारदर्शी पदार्थ से गुजरती हैं। इस तरल पदार्थ का काम किरणों में उचित वक्रीकरण (refraction) कर देना होता है जिससे वे लेंस पर ठीक से पड़ सकें। लेंस का काम किरणों को नेत्रपटल (retina) पर ठीक से केन्द्रित (focus) करना होता है। किरणों को नेत्रपटल पर ठीक से केन्द्रित करने के लिए लेंस घटता-बढ़ता रहता है। वृद्धावस्था या शारीरिक अस्वस्थता से सीलियरी मासपेशियों में दुर्बलता आ जाती है जिससे लेंस की घटने-बढ़ने की क्षमता कम हो जाती है और किरणें या तो नेत्रपटल के जरा आगे या पीछे केन्द्रित होने लगती हैं। इससे वस्तुएँ स्पष्ट दिखाई नहीं पड़ती। इस कमी को पूरा करने के लिए चश्मा लगाना पड़ता है।

यह देखा जा चुका है कि नेत्रपटल में शकु (cones) और छड़ (rods) होते हैं। रंग देखने के लिए शकुओं का होना जरूरी है। यदि शकु न हो तो रङ्ग दिखाई नहीं पड़ सकते। शकु धुँधले प्रकाश में क्रिया नहीं करते इसलिए गोधूलि के समय रङ्ग दिखाई नहीं पड़ते। शकुओं या उनके न्यूरोनीय सम्बन्धों में कोई दोष होने से प्राणी वर्णान्ध (colour blind) हो जाता है। बहुत से लोग कुछ रङ्गों के प्रति आशिक रूप के वर्णान्ध होते हैं। नेत्र-चिकित्सकों ने वर्णान्धता की परीक्षा करने के अनेक साधन बना लिए हैं जिनका वर्णन अभी किया जायगा।

धुँधले प्रकाश में देखने के लिए छड़ों (rods) का होना जरूरी है। छड़ों के बाहरी भाग में 'विजुअल पर्पिल' (visual purple) नाम का एक पिग्मेंट (pigment) होता है। प्रकाश में इस पिग्मेंट का रंग उड़ जाता है किन्तु अन्धकार में वह अपना रंग फिर ग्रहण कर लेता है। छड़ों के क्रियाशील होने पर केवल चमक ही दिखाई पड़ती है, रंग नहीं। विजुअल पर्पिल की मात्रा विटामिन ए की कमी से घट जाती है जिससे रात में ठीक से दिखाई नहीं पड़ता और दुर्घटनाएँ होने की सम्भावना बढ़ जाती है। विटामिन ए की कमी को गाजर आदि पदार्थों से बहुत कुछ पूरा किया जा सकता है।

दृष्टि-संवेदन का क्षेत्र मनस् के पिछले खण्ड (occipital lobe) में होता है। दृष्टि-स्नायु (optic nerve) दोनों नेत्रगोलकों से इस तरह सम्बन्धित होता है कि दोनों आँखों के दाहिनी ओर के आधे भाग की प्रेरणाएँ (impulses) मनस् के पिछले खण्ड के दाहिने भाग और बाई ओर के



पिछला खंड

चित्र ३१

आधे भाग की प्रेरणाएँ बाएँ भाग में जाती हैं (चित्र ३१)। यह प्रबन्ध आश्चर्यजनक है। मनस् के पिछले भाग का कोई एक दृष्टि-क्षेत्र नष्ट हो जाने पर भी दोनों आँखों के आधे भाग से देखा जा सकता है।

पर्किन्स व्यापार—दिन में आँख ५५० मिलीमाइक्रोन के आसपास का प्रकाश अच्छी तरह देख सकती है और रात में ५१० मिलीमाइक्रोन के आस-

पास का । तेज धूप में से अँधेरे कमरे में जाने पर थोड़ी देर तक कुछ दिखाई नहीं पड़ता । धूप में शकु क्रियाशील रहते हैं और छड़ निष्क्रिय । अँधेरे में आने पर शकु निष्क्रिय हो जाते हैं और छड़ क्रियाशील होने लगते हैं । तेज प्रकाश से एकाएक अँधेरे में आने पर छड़ों को क्रियाशील होने में जितनी देर लगती है उतनी देर तक अँधेरे में कुछ दिखाई नहीं देता । छड़ों की क्रियाशीलता ज्यों ज्यों बढ़ती जाती है त्यों-त्यों अँधेरे में दिखाई देने लगता है । इसको अन्धकार-अनुशीलन (dark adaptation) कहते हैं । इसी प्रकार अँधेरे कमरे में से चमचमाती धूप में जाने पर आँखें चौंधिया जाती हैं और जब शकु क्रियाशील नहीं हो जाते हमें वस्तुएँ दिखाई नहीं देती । शकुओं के पूरी तरह से क्रियाशील हो जाने पर ठीक तरह से दिखाई देने लगता है । इसको प्रकाश-अनुशीलन (light adaptation) कहते हैं । प्रकाश-अनुशीलन में आँख की संवेदनशीलता ५५० मिलीमाइक्रोन रहती है और अन्धकार-अनुशीलन में ५१० मिलीमाइक्रोन पर उतर जाती है । आँख की संवेदनशीलता के इस परिवर्तन का पता पर्किंज्जे ने लगाया था । उसी के नाम पर संवेदनशीलता के इस परिवर्तन को पर्किंज्जे व्यापार (Purkinje phenomenon) कहते हैं । पर्किंज्जे-व्यापार का कारण आँख के दो प्रकार के ग्राहकों—शकुओं और छड़ों—में है । एक प्रकार के ग्राहक तेज प्रकाश को ग्रहण करते हैं और दूसरे फीके प्रकाश को ।

दृष्टि विकार

बहुत से दृष्टि-विकार अनुशीलन दोष के कारण होते हैं । अनुशीलन (accommodation) लेंस और सीलियरी मांसपेशी के नियमित रूप से कार्य करने पर निर्भर होता है । लेंस या सीलियरी मांसपेशी के अनियमित होने पर बाहर से आने वाले प्रकाश की किरणों का वक्रीकरण (refraction) नेत्रपटल पर ठीक से नहीं हो पाता ।

वक्रीकरण के एक दोष को मायोपिया (myopia) कहा जाता है । मायोपिया से दृश्य उत्तेजना का प्रतिबिम्ब नेत्रपटल की सतह पर न बनकर उसके सामने बनता है । इसका कारण अक्षगोलक के अप्रकृत रूप से बड़ा होने या लेंस की अतिरजित वक्रता में होता है ।

वक्रीकरण का एक अन्य दोष हाइपरोपिया (hyperopia) होता है जिसमें अक्षगोलक के बहुत छोटा होने या लेंस के चपटा होने से उत्तेजना का प्रतिबिम्ब ठीक नेत्रपटल पर न बनकर उसके पीछे बनता है ।

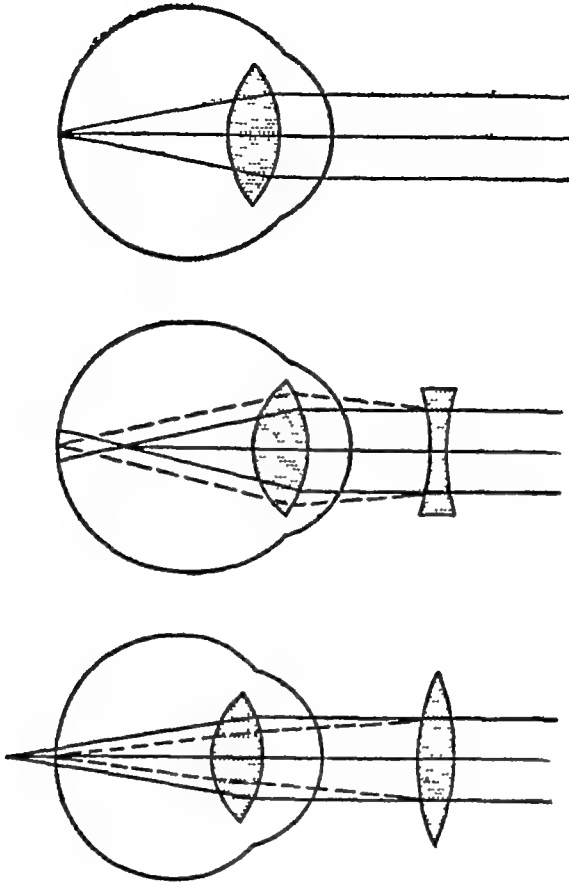
वृद्धावस्था में लेस की अनुशीलन क्षमता 'प्रकृत रूप से' अपने-आप कम हो जाती है। वृद्धावस्था के कारण लेस की अनुशीलन क्षमता के घटने को प्रेस्बियोपिया (presbyopia) कहते हैं।

वक्रीकरण के बहुत से दोष आँख की सतह की अनियमित वक्रता से भी होते हैं जिसके कारण दृश्य उत्तेजना का कोई भाग तो स्पष्ट दिखाई देता है और कोई भाग धुँधला। इस दशा को ऐस्टिग्मैटिज्म (astigmatism) कहा जाता है।

कुछ दृष्टि विकारों के कारण वक्रीकरण में नहीं होते। ज़हर, शराब और अत्यधिक मात्रा में कुनैन खाने से आँख की संवेदनशीलता कम हो जाती है। इस दशा को ऐम्ब्लियोपिया (amblyopia) कहते हैं। ऐम्ब्लियोपिया कभी कभी मानसिक क्रियाओं के विकार से भी हो जाया करती है और उसका मानसिक क्रियाओं के विकार से होना अप्रकृत मनोविज्ञान की दृष्टि से बहुत महत्वपूर्ण है।

कभी-कभी सिरदर्द, चिडचिडेपन, व्यापक दुर्बलता या थकान और किसी रागात्मक संघर्ष के पहले या साथ-साथ आँखों में थकान-सी मालूम होती है। इस दशा को ऐस्थिनोपिया (asthenopia) कहते हैं। यदि आँख के बाहर की मासपेशियों का नियंत्रण कमजोर हो जाय तो उत्तेजना के दो प्रतिबिम्ब दिखाई पड़ते हैं। उत्तेजना के दो प्रतिबिम्ब देखने को डिप्लोपिया (diplopia) कहते हैं। शराबी अपने सामने एक-ही उत्तेजना के दो प्रतिबिम्ब देखता है क्योंकि उसकी आँख की मासपेशियों का नियंत्रण उसके पैर की मासपेशियों की तरह ही कमजोर होता है। आँख के कुछ विकार दृष्टि स्नायु को क्षति पहुँचने से भी होते हैं जिनका वर्णन मनोवैज्ञानिक महत्व का नहीं है।

चित्र ३२ को देखिए। ऊपर के चित्र में प्रकृत वक्रीकरण दिखाया गया है। बीच के चित्र में मायोपिया विकार से होने वाला वक्रीकरण दिखाया गया है जिसको ठीक करने के लिए कानकेव (concave) लेस का चश्मा लगाने की जरूरत पड़ती है। नीचे के चित्र में हाइपरोपिया विकार से होने वाला वक्रीकरण दिखाया गया है जिसको कान्वेक्स (convex) लेस का चश्मा लगाने से ठीक किया जा सकता है। प्रेस्बियोपिया विकार को ठीक करने के लिए 'बाइफोकल' (bifocal) चश्मे की आवश्यकता पड़ती है। ऐस्टिग्मैटिज्म को ठीक करने के लिए विशेष प्रकार से तैयार किए गए ऐसे लेंसों की जरूरत पड़ती है जिससे आँख की सतह की वक्रता का दोष पूरा हो सके और उत्तेजना स्पष्ट दिखाई दे सके।



चित्र ३२

रङ्गों के विषय में

दृश्य जगत में हमें रंग, आकार, गति आदि विशेषताओं का बोध होता है। रंगों का बड़ा भारी महत्व है। यदि रंग न होते तो हमारी दुनियाँ कैसी होती? कितनी दुखदायी है यह कल्पना! तब रंग बिरंगे फूल नहीं होते, स्त्रियों के रक्तिम अघर नहीं होते, शिशुओं के गुलाबी गाल नहीं होते, आँखों की नीली गहराई नहीं होती, पौ फटने की छटा नहीं होती। शायद किसी परलोक में रंग न होते हो किन्तु इहलोक में रंगों से इन्कार करना सौंदर्य से, जिन्दगी से, ज्ञान से इन्कार करना है। हम पदार्थों के गुण, उनका भेद और सादृश्य रंगों द्वारा ही जान सकते हैं। रङ्गों के अभाव में हमारी दुनियाँ का मुँह हमेशा के लिए फक् पड़ा रह जाता।

यो तो हमारी आँख हजारों रङ्गों में भेद कर सकती है किन्तु रङ्गों के दो भेद बड़ी आसानी से किए जा सकते हैं चटक (chromatic) रङ्ग और चटकहीन (achromatic) रङ्ग। लाल, हरे, नीले, पीले रङ्ग चटक होते

है, सफेद, भूरे और काले चटकहीन। चटक रङ्ग वह होते हैं जिनमें भूरे रङ्ग की मिलावट नहीं होती। भूरा रङ्ग काले और सफेद की मिलावट होता है। चटकहीन रङ्गों में केवल फीके या गहरे होने का अन्तर होता है। यह भेद चटक रङ्गों में भी होता है। सफेद के निकट होने पर रङ्ग फीका होता है और काले के निकट होने पर गहरा।

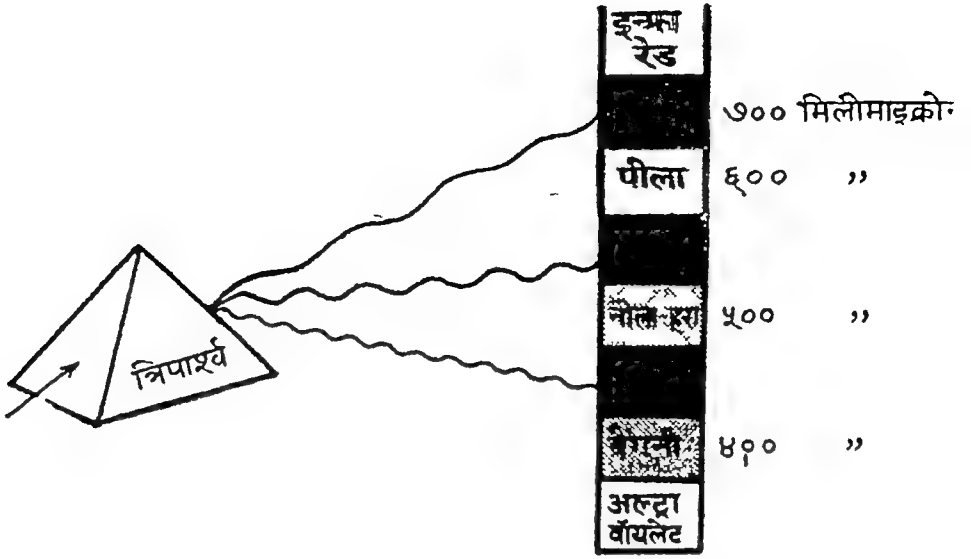
रङ्गों (hues) की दो और विशेषताएँ होती हैं चमक (brightness) और शुद्धता (saturation)। पानी में थोड़ा लाल रंग डालने पर पानी का रंग फीका रहेगा। लाल रङ्ग और डालने पर पानी का रंग गाढ़ा होने लगेगा। गाढ़ा होने को ही रङ्ग की शुद्धता (saturation) कहा जाता है।

लाल, हरे, पीले और नीले रङ्गों को प्रमुख (primary) रङ्ग माना जाता है क्योंकि यही चार रङ्ग आपस में चटकहीन रङ्गों के साथ विभिन्न मात्रा में मिलाए जाने पर हजारों रङ्ग उत्पन्न कर देते हैं। जो रङ्ग एक निश्चित मात्रा में मिलाए जाने पर भूरा रङ्ग उत्पन्न करते हैं उन्हें पूरक (complementary) रङ्ग कहा जाता है। इस तरह यदि लाल और हरे या पीले और नीले रङ्गों को एक निश्चित मात्रा में मिलाया जाय तो उनसे भूरा रङ्ग बन जाता है, इसलिए लाल-हरे और पीले-नीले रङ्गों के जोड़े को पूरक रङ्ग कहा जाता है।

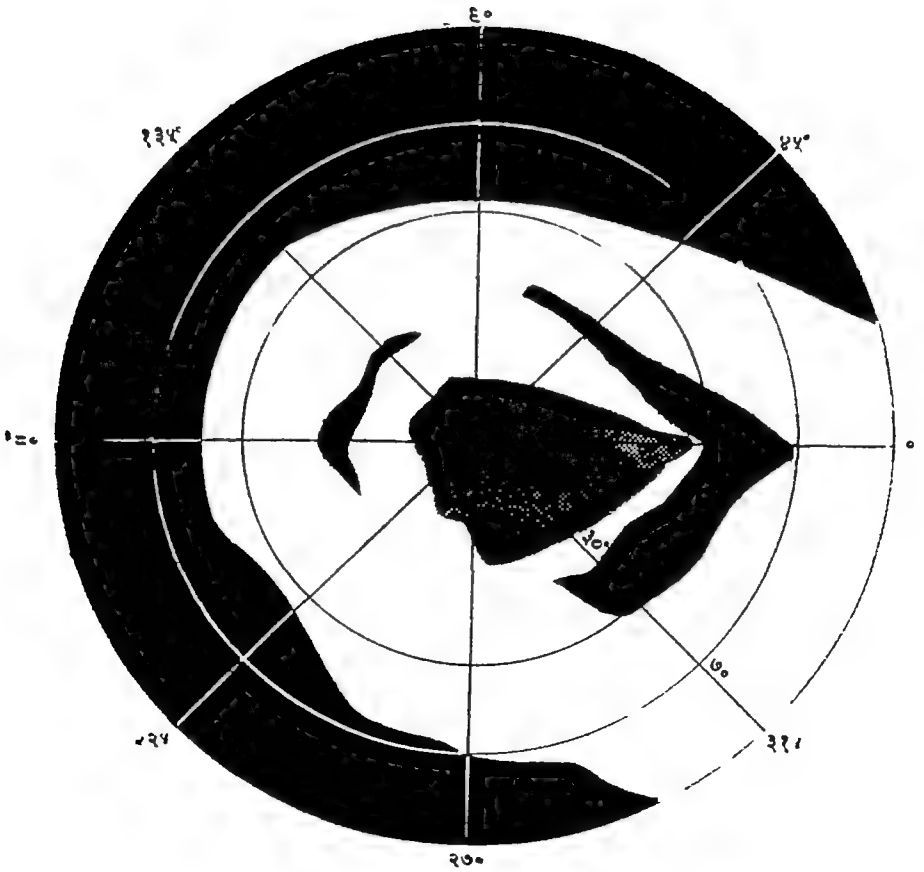
रङ्ग और उनकी विशेषताएँ प्रकाश की उत्तेजना से पैदा होती हैं और रङ्गों और प्रकाश में सवादितता (correspondence) होती है। प्रकाश की उत्तेजनाओं में तीन तरह का अन्तर होता है। लहर की लम्बाई (wave-length) का, शक्ति की मात्रा का और लहरों की विभिन्न लम्बाइयों की मिलावट या घोल का। हमारी आँखें और मनस् ४०० से लेकर ७०० मिलीमाइक्रोन लम्बी लहरों को ही ग्रहण कर सकता है। छोटी लम्बाई की लहरे बैंगनी और नीले रङ्गों को और बड़ी लम्बाई की लहरे पीले और लाल रङ्गों को उत्पन्न करती हैं। रङ्गों की विविधता लहरों की विभिन्न लम्बाइयों के मिलने से होती है। यह चित्र ३३ से स्पष्ट हो जायगा।

रङ्गों की चमक (brightness) प्रकाश की शक्ति की मात्रा पर निर्भर होती है। दिन को पीला और लाल रङ्ग ज्यादा चमकीला मालूम होता है, हरा और नीला सापेक्षत कम चमकीला लगता है। रात को हरा और नीला लाल और पीले की अपेक्षा ज्यादा चमकदार लगता है। शक्ति परिवर्तन का असर रङ्गों के चटक होने पर भी पड़ता है। उत्तेजना की शक्ति मध्यम होने पर रङ्ग अत्यन्त चटक दिखाई पड़ते हैं।

फिर भी प्रकाश की उत्तेजना, उसकी लहरों की लम्बाई, शक्ति और मिलावट या घोल में और आँख द्वारा रङ्गों का अनुभव करने में पूरा तादात्म्य नहीं



चित्र ३३



चित्र ३४

होता। यदि हम दिन के प्रकाश में किसी वस्तु को देखने के पहले ही उसके सम्भावित रङ्ग को जान ले तो हमें वह वस्तु उसी रङ्ग की जान पड़ेगी, चाहे उस वस्तु से आने वाली प्रकाश की उत्तेजना में अन्तर ही क्यों न हो। इस व्यापार को रङ्ग की ध्रुवता (constancy) कहते हैं। चमक यद्यपि उत्तेजना की शक्ति की मात्रा पर निर्भर होती है किन्तु कोयला हमें रात और दिन दोनों में समान रूप से काला लगता है, घास हरी लगती है, बर्फ सफेद लगता है। इससे यह साबित होता है कि यदि मनस् पहले से ही 'तैयार' हो तो रंगों के अनुभव पर उत्तेजना की शक्ति की मात्रा का प्रभाव नहीं के बराबर पड़ता है।

नेत्रपटल के रंग-क्षेत्र—नेत्रपटल (retina) में रंगों के अलग-अलग क्षेत्र होते हैं। प्रकाश की मात्रा के अनुसार ये क्षेत्र घटते-बढ़ते रहते हैं। विभिन्न क्षेत्र अलग-अलग लम्बाई की लहरों के प्रति संवेदनशील होते हैं। स्थायी प्रकाश में परीक्षा करके यह देखा गया है कि सारे चटक रंग दृष्टिक्षेत्र के केन्द्र—फोविया—पर ही दिखाई पड़ते हैं क्योंकि वहाँ शक्ति ज्यादा होती है। केन्द्र से जरा हटकर लाल या हरा रंग दृष्टिगत नहीं होता। नीला और पीला रंग ज्यादा विस्तृत क्षेत्र तक दिखाई देता है। भूरा और सफेद रंग नीले और पीले रंग के क्षेत्र के बाहर भी दिखाई देता है (चित्र ३४)। रात को शक्ति के निष्क्रिय हो जाने से नेत्रपटल के केन्द्र पर कुछ दिखाई नहीं देता, जो कुछ दिखाई देता है वह केन्द्र के बाहर के क्षेत्रों पर दिखाई देता है जहाँ छड़ ज्यादा होते हैं।

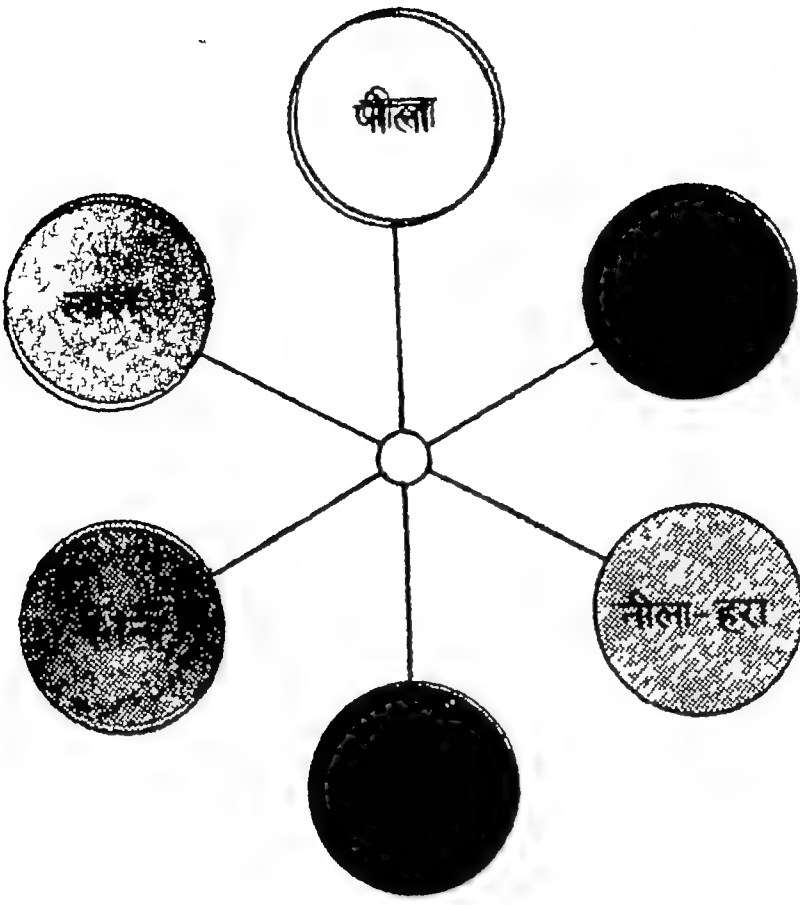
उत्तर-संवेदन—यदि आँख को प्रकाश की बहुत तीव्र उत्तेजना मिले तो उस उत्तेजना के हट जाने पर भी कुछ क्षण तक उसका संवेदन होता रहता है। आप अँधेरे में विजली के तेज बल्ब को देखिये, फिर अपनी आँखें बन्द कर लीजिए। आपको थोड़ी देर तक बल्ब का संवेदन होता रहेगा। इस प्रकार के संवेदन को उत्तर-संवेदन (after-sensation) कहा जाता है। यदि उत्तर-संवेदन का रंग और उसकी चमक उत्तेजना के रंग और चमक के समान ही हो तो ऐसे उत्तर-संवेदन को समोत्तर-संवेदन (positive after-sensation) कहते हैं। उत्तर-संवेदन का कारण यह है कि उत्तेजना मिलने पर ग्राहक में न्यूरोनीय क्रिया शुरू हो जाती है किन्तु उत्तेजना के एकदम हट जाने से वह न्यूरोनीय क्रिया एकदम समाप्त नहीं हो पाती।

हर संवेदन कुछ देर के बाद हल्का पड़ने लगता है। आप एक प्रकाशमान कमरे में कुछ देर रहिए तो आपको कमरे का प्रकाश पहले से हल्का मालूम होने लगेगा। यह तत्सम्बन्धी संवेदन के ग्राहको का अनुशीलन हो जाने से होता है। आपको [अपने पहने हुए कपड़ों के दबाव का संवेदन नहीं होता क्योंकि आपके स्पर्श-ग्राहको का कपड़ों के दबाव से अनुशीलन हो जाता है।

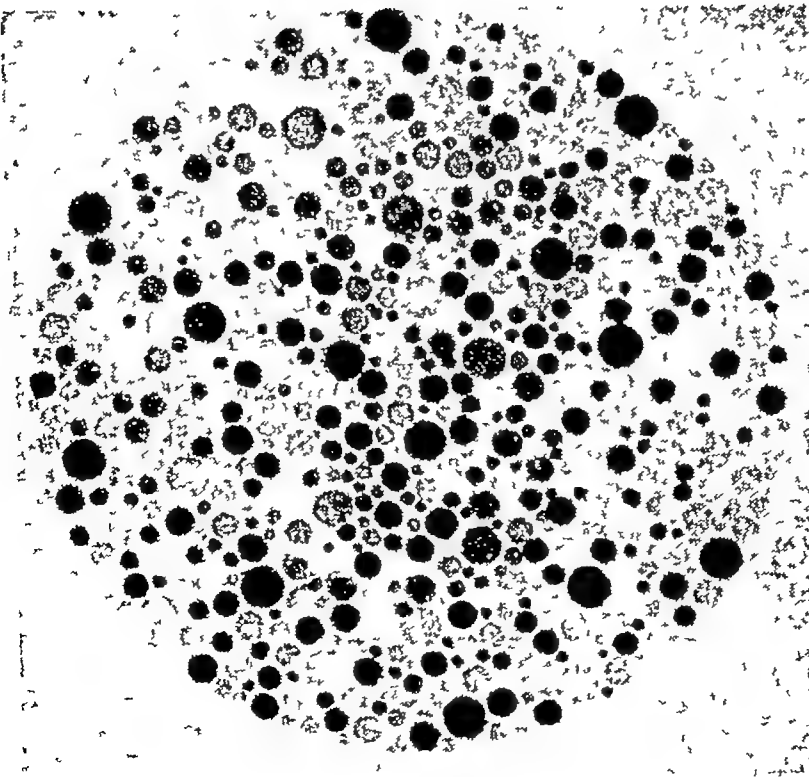
अनुशीलन से तत्सम्बन्धी ग्राहको की अन्य प्रकार की उत्तेजनाओं के प्रति संवेदनशीलता बढ़ जाती है। मीठे स्वाद से अनुशीलन हो जाने पर नमक या मिर्च के प्रति संवेदनशीलता बढ़ जाती है। अँधेरे कमरे से बाहर आने पर प्रकाश ज्यादा तेज लगता है, उजाले से अँधेरे में जाने पर अँधेरा ज्यादा मालूम पड़ता है। इसी प्रकार यदि हमारी दृष्टि का किसी रंग के प्रति अनुशीलन हो जाय तो हमें उस रंग के विरोधी या पूरक रंग का संवेदन हो सकता है। आप लाल रङ्ग का चश्मा लगाइए और थोड़ी देर बाद उतार दीजिए। आपको रङ्गहीन वस्तुएँ हरी दिखाई पड़ेगी। इसी प्रकार नीला चश्मा लगाने के बाद हर रङ्गहीन पदार्थ पीला नजर आएगा। यह स्थिति विषमोत्तर-संवेदन (negative after-sensation) कहलाती है।

रङ्गों का विरोध—विषमोत्तर-संवेदन में पहले लाल या नीले रङ्ग की उत्तेजना मिलती है और उसके बाद लाल या नीले रङ्ग के पूरक हरे या पीले रङ्ग का संवेदन होता है। इस क्रम के रहने से विषमोत्तर-संवेदन को रङ्गों का क्रमिक विरोध (successive contrast) भी कहा जाता है। उत्तेजना और पूरक (complementary) रङ्गों के एक साथ होने पर रङ्गों में जो विरोध उत्पन्न होता है उसे समकालीन विरोध (simultaneous contrast) कहते हैं। भूरे रङ्ग के कागज के दो टुकड़े ले लीजिए। एक को काली पृष्ठभूमि पर और दूसरे को सफेद पृष्ठभूमि पर रखिए। काली पृष्ठभूमि पर रक्खा गया टुकड़ा सफेद पृष्ठभूमि पर रखे गए टुकड़े से ज्यादा चमकदार लगेगा। भूरे रङ्ग के घब्वे रङ्गीन पृष्ठभूमि पर डाल दीजिए तो उन घब्वों में रङ्गीन पृष्ठभूमि के पूरक रङ्ग की झलक आ जायगी। सूर्य का पीला सा प्रकाश बर्फ पर नीले रंग की झलक ला देता है। रङ्गों के विरोध का सामान्य नियम यह है कि कोई रंगीन घरातल अपने पास के क्षेत्र में अपने पूरक रंग की झलक ला देता है। चित्रकार रंगों के इस विरोध का विशेष ध्यान रखते हैं। कपड़े रंगते समय या कमरा सजाते समय भी रंगों के विरोध का ध्यान रखना चाहिए।

रङ्गों को घोलना—यह देखा जा चुका है कि रङ्गों की विविधता प्रकाश की विभिन्न लम्बाई की लहरों के घुलने से होती है। विभिन्न लम्बाई की लहरों को कृत्रिम रूप से घोलने के अनेक तरीके हैं। मनोविज्ञान की प्रयोग-शालाओं में काम में लाया जाने वाला एक सुलभ तरीका रङ्ग-चक्र (colour wheel) को तैयार करना है। रङ्ग-चक्र के एक भाग में एक रंग होता है और शेष भाग में दूसरा। इस चक्र को जब तेजी से घुमाया जाता है तो देखने में लगता है कि चक्र के दोनों रंग घुल गए हैं। यह ऐसे होता है : चक्र का एक भाग जब आँख के ग्राहको को उत्तेजित करता है तो उस भाग के रंग का समो-



चित्र ३५



चित्र ३६

त्तर-सवेदन (positive after-sensation) कुछ क्षणों तक बना रहता है । वह मिट नहीं पाता कि चक्र का दूसरा भाग आँख के उन्हीं आहको को उत्तेजित कर बैठता है जिसका नतीजा यह होता है कि पहली उत्तेजना के रंग का समोत्तर-सवेदन दूसरी उत्तेजना के रंग के साथ घुल जाता है और हमें लगता है कि चक्र के दोनों रंग आपस में घुल गए हैं ।

रङ्ग घुलने के नियम—दो रंगों को रंग-चक्र द्वारा घोलने पर उनकी चटक में क्या अन्तर पड़ता है ? इस विषय पर प्रयोगशाला में परीक्षाएँ करके अनेक नियम बनाये जा चुके हैं । यहाँ केवल तीन प्रमुख नियमों का उल्लेख कर देना काफी होगा

(१) दो पूरक (पीले और नीले) रंगों को एक निश्चित मात्रा में घोलने पर भूरा रंग बन जाता है और उसकी चमक दोनों के बीच की होती है ।

(२) दो अपूरक (noncomplementary) रंगों (जैसे हरे और नीले) को एक निश्चित मात्रा में घोलने पर उन दोनों के बीच का रंग बन जाता है जिसकी चमक दोनों रंगों के बीच की होती है । इसको चित्र ३५ से समझा जा सकता है । इस रंग-चक्र में दो रंग जितनी दूर होंगे उनकी चटक उतनी ही कम होगी । यदि वे दोनों बिल्कुल विरोधी दिशा में होंगे तो उनकी चटक बिल्कुल नष्ट हो जायगी और उनके घुलने से भूरा रंग दिखाई पड़ेगा ।

(३) हम देख चुके हैं कि दो पूरक रंगों को घोलने से भूरा रंग बनता है, किन्तु पूरक रंगों (लाल-हरे और पीले-नीले) को आपस में एक निश्चित अनुपात से घोलने पर भी भूरा रंग बनता है । इस भूरे रंग की चमक दोनों पूरक रंगों के जोड़े के भूरे रंगों की चमक के बीच की होती है ।

वर्णान्धता (colour blindness)—बहुत से लोग रंग (hue) तो देख लेते हैं लेकिन उनमें ठीक से भेद नहीं कर पाते । ऐसा उनकी वर्ण दुर्बलता के कारण होता है । कुछ लोग निश्चित लम्बाई की लहरों को बिल्कुल नहीं देख पाते । ऐसे लोग वर्णान्ध होते हैं । पूर्ण वर्णान्ध होने पर व्यक्ति को रंग का सवेदन बिल्कुल नहीं होता । अगर वर्णान्धता आशिक होती है तो व्यक्ति केवल कुछ रंगों की उत्तेजनाओं के प्रति ही प्रतिक्रिया नहीं कर पाता । पूर्णवर्णान्धता बहुत कम देखने को मिलती है । आशिक वर्णान्धता दो प्रकार की होती है, लाल-हरे और पीले-नीले रंगों की । लाल-हरे रंगों की वर्णान्धता के काफी उदाहरण मिलते हैं और वह स्त्रियों की अपेक्षा पुरुषों में अधिक होती है । वर्णान्धता आनुवंशिक (hereditary) दोष होता है और उसका उपचार नहीं किया जा सकता । वर्णान्धता कोई रोग

नहीं है और न उससे कोई विशेष असुविधा ही होती है। हाँ उससे कुछ उद्योग-धन्धों की कार्य-कुशलता में बाधा पड़ सकती है।

वर्णान्ध व्यक्ति उत्तेजनाओं के प्रति प्रतिक्रिया तो करता है लेकिन उसकी प्रतिक्रिया में प्रकृत प्रतिक्रिया से अधिक चेष्टा होती है। रंगों के नाम साहचर्य द्वारा जाने जाते हैं। बच्चे को जब यह बताया जाता है कि 'यह लाल चिड़िया है' तो वह 'लाल' नाम का साहचर्य चिड़िया के तत्कालिक अनुभव से स्थापित कर लेता है चाहे वह चिड़िया लाल रही हो या गुलाबी। वर्णान्धता का पता तब चलता है जब व्यक्ति एक से लगने वाले दो विभिन्न रंगों में भेद नहीं कर पाता। वर्णान्धता की परीक्षा करने के अनेक साधन बनाए जा चुके हैं। वर्णान्धता की परीक्षा के साधनों का आधार यह है कि चमक (brightness) और शुद्धता (saturation) स्थायी रहने पर यदि व्यक्ति रंग (hue) में भेद न कर सके तो वह वर्णान्ध होगा।

वर्णान्धता का पता लगाने का एक साधन इशियारा परीक्षा है (चित्र ३६)। लाल-हरा वर्णान्ध व्यक्ति इस चित्र में अंक २ और प्रकृत वर्ण-दृष्टि रखने वाला अंक ५ देखेगा। चित्र में अंक ५ को बनाने वाले धब्बों के रंग और पृष्ठभूमि के रंग में अन्तर है। किन्तु धब्बों की चमक अव्यवस्थित ढंग से पूरे अङ्क पर फैली हुई है और अंक ५ के धब्बों की चमक और अंक ५ के बाहर के धब्बों की चमक में भेद नहीं किया जा सकता। अङ्क ५ के धब्बों की चमक के अव्यवस्थित होने से लाल-हरा वर्णान्ध व्यक्ति अंक ५ को नहीं देख पाता। अब चित्र को फिर ध्यान से देखिए। आप देखेंगे कि परस्पर विभिन्न तरह की चमक लिए हुए कुछ धब्बे इस तरह व्यवस्थित हैं कि उनसे कोई अङ्क बनता है। यह अङ्क २ है। आप इस अङ्क को मुश्किल से देख पाते हैं क्योंकि आपका विन्यास रंग देखने की ओर है जिससे चमक देखने में कठिनाई होती है। किन्तु जो व्यक्ति रंग नहीं देख पाता और केवल चमक ही देखता है वह अङ्क २ को ही देखेगा। उसके लिए अङ्क २ देखना उतना ही आसान होगा जितना आप के लिए अङ्क ५ देखना।

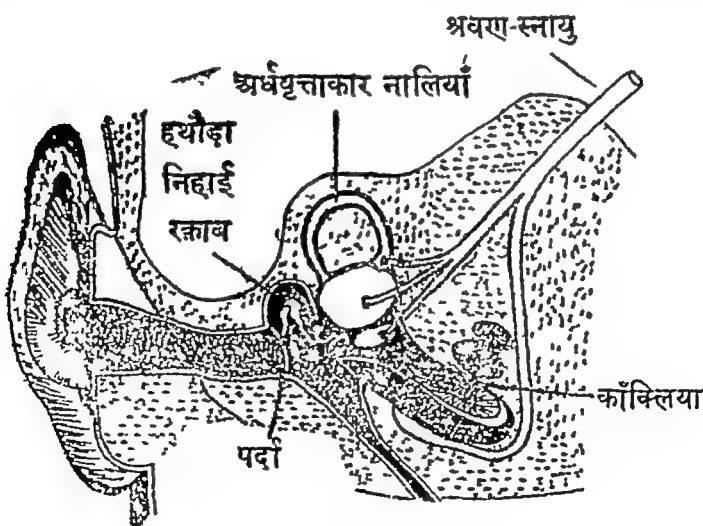
रंग-विषयक सिद्धान्त—रङ्गों के विषय में अनेक सिद्धान्त हैं। उनमें सबसे मान्य सिद्धान्त टॉमस यंग का है जिसको बाद में लुडविग फोन हेल्महोल्ट्स ने और उन्नत किया था। यंग-हेल्महोल्ट्स सिद्धान्त के अनुसार शकु (cones) तीन प्रकार के होते हैं। एक प्रकार के शकु लाल, दूसरे प्रकार के हरे और तीसरे प्रकार के नीले रङ्गों के प्रति अधिक संवेदनशील होते हैं। रङ्ग घुलने के तथ्य इस मान्यता का काफी समर्थन करते हैं। यदि सफेद पर्दे पर विभिन्न मिलावट और अनुपात से लाल, हरे और नीले रङ्गों को चमकाया जाय तो हमें प्रत्येक

रङ्ग प्राप्त हो सकता है। इस सिद्धान्त से विभिन्न लम्बाई की लहरों की घुलावट की व्याख्या के अतिरिक्त बहुत सीमा तक विषमोत्तर सवेदन (negative after-sensation) की व्याख्या भी की जा सकती है। विषमोत्तर सवेदन तीन प्रकार के शकुओं की विभिन्न उत्तेजनाओं के कारण होता है। उदाहरण के लिए जब नीले रङ्ग की किरणें नीला रङ्ग ग्रहण करने वाले शकुओं को उत्तेजित करती हैं तो उस समय हरे और लाल रङ्ग को ग्रहण करने वाले शकु अप्रभावित रहते हैं। कुछ देर बाद नीले शकु थक जाते हैं और जब हम चटकहीन रङ्गों की सफेद या भूरी पृष्ठभूमि की ओर देखते हैं तब हरे और लाल शकु सक्रिय हो जाते हैं जिससे हमें हरे-लाल रंग के बीच का (अर्थात् पीला) रंग दिखाई पड़ता है जो नीले रंग का पूरक (complementary) रंग होता है। किन्तु फिर भी इस सिद्धान्त से कई बातों की व्याख्या नहीं हो पाती। जो हो लेकिन आजकल यही सिद्धान्त विज्ञानियों द्वारा ज्यादा मान्य है।

कान

आँख की तरह प्राणी के लिए कान का भी बड़ा महत्व है। प्राणी को परिवेश का ज्ञान रंगों के अलावा ध्वनि से भी होता है। भाषा के विकास और बोलचाल में ध्वनि का बड़ा महत्व है। यदि कान न होते तो ध्वनि नहीं होती, संगीत नहीं होता, भाभी के ताने और उलाहने न होते, दोस्तों से गप्पें लड़ाने का मजा नहीं होता। 'विघना' ने 'अस जिय जानि के शेषहि' कान नहीं दिए थे कि वह 'तानसेन की तान' पर 'धरा-मेरु सब' हिला देता।

रचना—कान के तीन भाग किए जा सकते हैं बाहरी भाग, बीच का भाग

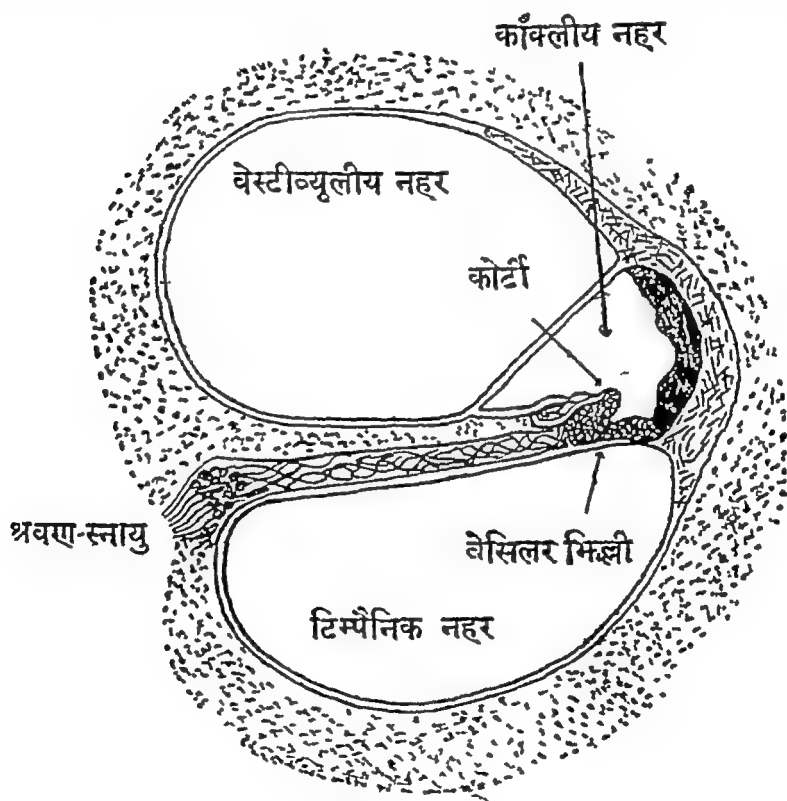


चित्र ३७

और भीतरी भाग। बाहरी भाग का छेद जहाँ समाप्त होता है वहाँ एक झिल्ली

होती है जिसे कान का पर्दा कहते हैं। कान के पर्दे के बाद बीच का भाग शुरू होता है। बीच के भाग में तीन हड्डियों की श्रृंखला रहती है जिनमें से पहली दो हड्डियों को उनकी क्रिया के अनुसार क्रमशः हथौड़ा (hammer) और निहाई (anvil) कहा जाता है। तीसरी हड्डी को उसकी शकल के अनुसार रकाब (stirrup) कहते हैं। हथौड़ा नाम की पहली हड्डी कान के पर्दे से और रकाब नामक तीसरी हड्डी एक अंडाकार झरोखे (oval window) में लगी झिल्ली से सम्बन्धित होती है (चित्र ३७)।

अंडाकार झरोखे के बाद कान का भीतरी भाग शुरू होता है। भीतरी भाग में तीन प्रमुख अंग होते हैं वेस्टीब्यूल (vestibule), काक्लिया (cochlea) और अर्धवृत्ताकार नालियाँ (semi-circular canals)। काक्लिया में दो बड़ी नहरें होती हैं और उनके बीच में हड्डी की एक दीवार होती है जो उन्हें एक दूसरे से अलग करती है। उसमें दो पतली झिल्लियाँ होती हैं जो काक्लीय

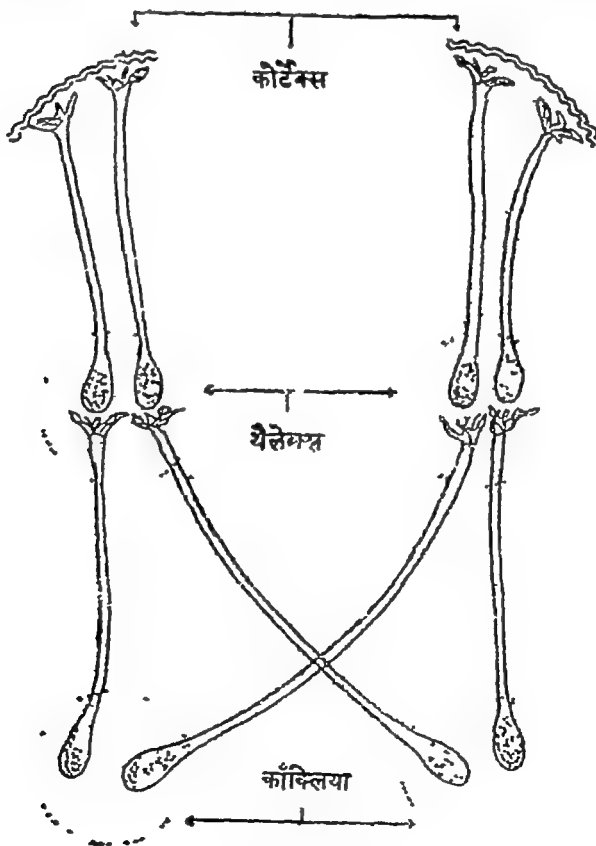


चित्र ३८

नहर (cochlear canal) कही जाने वाली एक छोटी-सी दीवार को आवृत किए रहती है। सुनने के ग्राहक काक्लीय नहर में होते हैं। काक्लीय नहर और टिम्पैनिक (tympanic) नहर के बीच वेसिलर झिल्ली (basilar membrane) होती है जो दोनों नहरों को एक दूसरे से अलग करती है। वेसिलर झिल्ली के ऊपर कोर्टी नामक अंग (organ of corti) होता है। कोर्टी पर लोम-कोष (hair cells) होते हैं जो काक्लीय नहर में भरे तरल पदार्थ में प्रक्षेपित रहते हैं (चित्र ३८)।

क्रिया—सुनने की उत्तेजना ध्वनि-लहरो के रूप की होती है। तालाब में ककड फेकने से जिस तरह पानी में लहरे उठती और फैलती हैं उसी तरह ध्वनि की उत्तेजना से चारों ओर की हवा में ध्वनि-लहरे पैदा होती हैं और फैलती हैं। ध्वनि-लहरे गालों के ऊपर निकली हुई कान की टेढ़ी-मेढ़ी सतह पर एकत्रित हो छेद में प्रविष्ट होकर कान के पर्दे से टकराती हैं जिससे पर्दे में कम्पन होने लगता है। पर्दे की रक्षा के लिए कान के छेद में मोम जैसा पदार्थ रहता है जो पर्दे को क्षति पहुँचा सकने वाली ध्वनि-लहरो की तेजी को कम कर देता है। पर्दे में कम्पन होने से कान की तीनो हड्डियो हथौड़ा, निहाई और रक्काब में कम्पन होने लगता है जिससे अंडाकार झरोखे (oval window) में लगी झिल्ली भी प्रकम्पित होती है। इस झिल्ली के कम्पन से कान के भीतरी भाग में स्थित वेस्टीब्यूलिय और टिम्पैनिक नहरो में भरा तरल पदार्थ ऊपर-नीचे हिलने लगता है।

इन दोनों नहरो के तरल पदार्थ के ऊपर-नीचे हिलने से वेसिलर झिल्ली



चित्र ३६

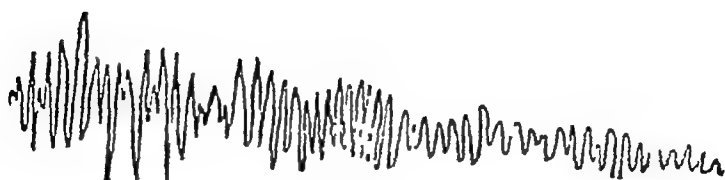
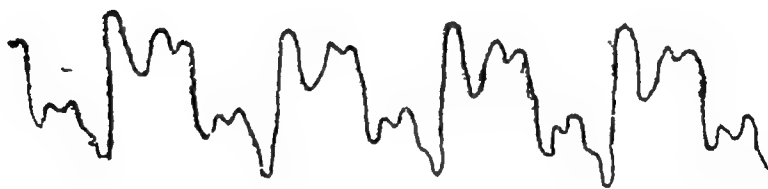
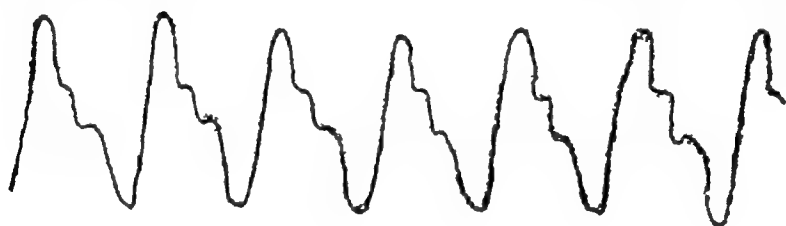
में कम्पन होता है। वेसिलर झिल्ली में ध्वनि की विभिन्न तीव्रताओं से प्रभावित होने वाले विभिन्न लम्बाई के रेशे होते हैं। वेसिलर झिल्ली के कम्पन से कोर्टी

नामक अंग (organ of corti) में गति उत्पन्न होती है जिससे लोम-कोष (hair-cells) झुक जाते हैं। इन लोम-कोषों के झुकने से उनसे सम्बन्धित श्रवण-स्नायु के डेन्ड्रोन उत्तेजित होते हैं जिससे श्रवण-स्नायु में न्यूरोनीय प्रेरणा का प्रादुर्भाव होता है। श्रवण-स्नायु की न्यूरोनीय प्रेरणा का प्रवाह थैलेमस में जाता है और वहाँ से न्यूरोनीय-सामीप्यो (synapses) से होकर मनस् के पार्श्वखंड (temporal lobe) में जाता है और तब हम ध्वनि सुनते हैं। प्रत्येक कान कोर्टेक्स (cortex) के दोनों पक्षों से सम्बन्धित होता है जिससे मनस् के एक ओर का पार्श्वखंड नष्ट हो जाने से प्राणी बहरा नहीं हो सकता (चित्र ३९)। वह बहरा तभी हो सकता है जब उसके मनस् के दोनों पार्श्वखंड नष्ट हो जाँय या कान का पर्दा फट जाँय या फिर कान का ही कोई अंग नष्ट हो जाय।

ध्वनि के विषय में

किसी उत्तेजना (लोहे का तार या कोई और चीज) पर आघात किए जाने से उस उत्तेजना में कम्पन होता है और उस कम्पन के दबाव से हवा में लहरें पैदा हो-होकर चारों ओर फैलने लग जाती हैं। हवा की लहरे जब कान के पर्दे से टकराती हैं तो ध्वनि का सवेदन होता है। ध्वनि किसी उत्तेजना द्वारा हवा में पैदा होने वाली लहरों का क्रम है।

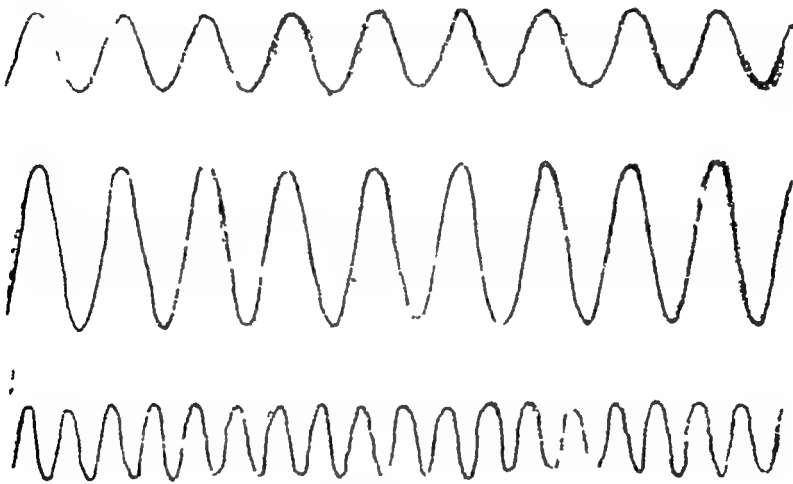
ध्वनि-लहरों का भेद—उत्तेजना से हवा में नियमित और नियत-कालिक



चित्र ४०

या अनियमित और अनियतकालिक ध्वनि-लहरे उत्पन्न हो सकती हैं। नियमित और नियतकालिक ध्वनि-लहरे कर्णप्रिय होती हैं। संगीत की कर्णप्रियता का यही कारण है। अनियमित और अनियतकालिक ध्वनि-लहरे कर्णकटु होती हैं जैसे शोर होने की आवाज। चित्र ४० को देखिए। ऊपर बाँझुरी और बीच में मनुष्य के गाने से उत्पन्न नियमित और नियतकालिक ध्वनि-लहरे हैं। नीचे घमाके से उत्पन्न शोर होने की अनियमित और अनियतकालिक ध्वनि-लहरें हैं।

आवृत्ति—ध्वनि-लहर में उतार चढ़ाव होता है। पूरे उतार-चढ़ाव से ध्वनि की एक लहर बनती है। चित्र ४१ को देखिए और उसमें ऊपर और नीचे की ध्वनि-लहरों की तुलना कीजिए। आप देखेंगे कि दोनों ध्वनि-लहरों के उतार-चढ़ाव की लम्बाई बराबर है किन्तु ऊपर ध्वनि-लहरों की आवृत्ति एक सेकंड में ६ बार और नीचे एक सेकंड में १८ बार हुई है, इसलिए उन दोनों में केवल उनकी आवृत्ति (frequency) का अन्तर है। विभिन्न उत्तेजनाएँ विभिन्न आवृत्ति की ध्वनि-लहरे पैदा करती हैं। हमारे कान सामान्यतः प्रति सेकंड २० से कम और २०,००० से ज्यादा आवृत्ति की ध्वनि-लहरों को ग्रहण नहीं कर सकते।



चित्र ४१

लम्बाई—अब आप चित्र ४१ में ऊपर और बीच की ध्वनि-लहर की तुलना कीजिए। इन दोनों लहरों की आवृत्ति (frequency) एक सेकंड में ९ बार हुई है, इसलिए इन दोनों की आवृत्ति में कोई अन्तर नहीं है। अब दोनों लहरों के उतार-चढ़ाव की लम्बाई देखिए। दोनों की लम्बाई (amplitude) अलग-अलग है और उनमें उनकी लम्बाई का ही अन्तर है। विभिन्न उत्तेजनाओं से उत्पन्न ध्वनि-लहरों में लम्बाई का अन्तर भी हो सकता है।

रूप—अब आप एक बार चित्र ४० को फिर देखिए। वहाँ तीनों ध्वनि लहरो में न तो उनकी आवृत्ति में अन्तर है और न लम्बाई (amplitude) में। अन्तर है तीनों के रूप में। तीनों ध्वनि-लहरो में विभिन्न आवृत्ति और लम्बाई की लहरो की मिलावट है जिससे उनका रूप अलग-अलग हो गया है। ध्वनि-लहरो का रूप उनकी आवृत्ति या लम्बाई या आवृत्ति और लम्बाई दोनों की मिलावट के अन्तर से बनता है।

ध्वनि की विशेषताएँ—वर्षा की रिमझिम, पानी के छपाके, बादलों के गरजने, जोर से चिल्लाने, फुसफुसाने, रोने आदि की ध्वनि में भेद होता है और इस भेद का कारण ध्वनि की विशेषताओं में होता है। ध्वनि में इतनी विभिन्नता होती है कि उसका वर्गीकरण कर सकना अत्यन्त कठिन है। कहा जाता है कि मनुष्य सामान्यतः ध्वनि में ३४०,००० तरह का भेद कर सकने की क्षमता रखता है। ध्वनि का विभेद कर सकना सरल नहीं है किन्तु ध्वनि की इतनी बड़ी विभिन्नता को थोड़ा-बहुत समझने के लिए ध्वनि की कुछ विशेषताओं पर दृष्टिपात कर लेना चाहिये।

पिच—आप वीणा के एक ढीले तार को छेड़िए। उसमें से उतरी हुई-सी ध्वनि निकलेगी। फिर उस तार को कस दीजिए। तब वह खरी ध्वनि पैदा करेगा। ढीले तार द्वारा उत्पन्न ध्वनि-लहर की आवृत्ति की संख्या कम होती है जिससे ध्वनि उतरी हुई सी लगती है। कसे तार द्वारा उत्पन्न ध्वनि-लहर की आवृत्ति की संख्या अधिक होती है जिससे उसकी ध्वनि खरी लगती है। ध्वनि के उतरेहुएन या खरेपन को ध्वनि का पिच (pitch) कहते हैं। ध्वनि का पिच ध्वनि-लहर की आवृत्ति की संख्या के अनुपात से उतरता-चढ़ता रहता है।

लम्बाई—कुछ आवाजे तेज होती हैं और कुछ धीमी। आवाज की तेजी और धीमापन ध्वनि-लहर की लम्बाई (amplitude) पर निर्भर होता है। ध्वनि-लहर की लम्बाई जितनी ज्यादा होती है ध्वनि उतनी ही तेज होती है। हवा पर उत्तेजना के कम्पन का जितना ज्यादा दबाव पड़ता है ध्वनि-लहर की लम्बाई उतनी ही ज्यादा होती है। वीणा के तारों को झंकृत करने में शक्ति का दबाव जितना अधिक डाला जाता है ध्वनि की तेजी उतनी ही बढ़ती चली जाती है।

घनत्व—ध्वनि में घनत्व (volume) भी होता है। कुछ आवाजे मोटी या भारी और कुछ पतली लगती हैं। ध्वनि जितनी तेज होती है उसका घनत्व भी उतना ही होता है किन्तु घनत्व ध्वनि का पिच बढ़ने से कम और घटने से ज्यादा हो जाता है। ध्वनि के घनत्व से ध्वनि-उत्पादक उत्तेजना की विशेषता

जान सकने में सहायता मिलती है। मोटी या पतली आवाज सुनकर हम यह अनुमान करते हैं कि उन आवाजों को पैदा करने वाली उत्तेजनाएँ भी क्रमशः बड़े या छोटे आकार की होगी।

टिम्बर—आवाजों का पिच और तेजी एक सी रहने पर भी आवाजों को पहचान लिया जाता है। आपने गाना सुना होगा, यदि नहीं सुना है तो जरूर सुनिए और इस बार मनोवैज्ञानिक उद्देश्य से सुनिए। गानेवाले के साथ तरह-तरह के बाजे भी बजते हैं और यद्यपि गानेवाले और बाजों का स्वर मिला होता है यानी गानेवाले की आवाज और बाजों की आवाज का पिच और तेजी एक ही होती है फिर भी आप गानेवाले और विभिन्न बाजों की आवाज अलग-अलग सुनते हैं। यह क्यों? आवाजों की उन विशेषताओं के कारण जिन्हें ध्वनि का टिम्बर (timber) यानी गुण कहा जाता है। ध्वनि का टिम्बर ध्वनि-लहर के रूप की विशेषता होती है। विभिन्न उत्तेजनाओं से उत्पन्न होने वाली एक ही पिच और तेजी की विभिन्न ध्वनि-लहरों का रूप अलग-अलग होता है। ध्वनि-लहरों की रूप-विभिन्नता (टिम्बर) के कारण ही हम हर मनुष्य की आवाज को अलग-अलग पहचानते हैं और आवाज से ही जान जाते हैं कि कौन बोल रहा है।

ध्वनि-विषयक अन्य बातें

अशनाद—वीणा के तार को छेड़ने पर पूरा तार भ्रुकृत हो उठता है और पूरे तार की भ्रुकार से जो नियमित ध्वनि निकलती है उसे मूलनाद (fundamental tone) कहा जाता है। पूरे तार के भ्रुकृत होने के साथ-साथ तार का आधा, तिहाई, चौथाई आदि अंश भी भ्रुकृत होता रहता है। पूरे तार की इस आंशिक भ्रुकार से होने वाली ध्वनि को अशनाद (partial or overtone) कहते हैं। पूरे तार के भ्रुकृत होने पर यदि तार को बीच में सीक से छुआ जाय तो एक ऊँचे पिच की ध्वनि पैदा होगी जिसकी आवृत्ति (frequency) मूलनाद की आवृत्ति से दुगुनी होगी, तिहाई अंश की तिगुनी होगी, चौथाई की चौगुनी। विभिन्न अशनाद आपस में और मूलनाद से अच्छी तरह समन्वित होकर ध्वनि में एकता ले आते हैं।

ताल—भारतीय संगीत में गाने के साथ तबला बजाया जाना आवश्यक है क्योंकि तबला गायक को ताल देकर बेसुरा होने से बचा लेता है। मान लीजिए गायक अपने गाने से हवा में प्रति सेकेंड ४२० आवृत्ति की नियमित ध्वनि-लहरें पैदा कर रहा है किन्तु दूसरे क्षण उससे ४२१ आवृत्ति की ध्वनि-लहर भी पैदा हो सकती है। अब ४२० और ४२१ आवृत्ति की ध्वनि लहरें एक बार तो आपस में मिलकर ध्वनि को तेज और दूसरी बार परस्पर अलग होकर ध्वनि को मन्द कर देगी। ध्वनि की तेजी में इस प्रकार पड़ने वाले अन्तर

को ताल (beat) कहा जाता है। किसी एक क्षण में तालों की सख्या ध्वनि-लहरों की आवृत्ति की सख्या के बराबर होती है। ताल से ध्वनि-लहरों की आवृत्ति के अत्यन्त सूक्ष्म अन्तर का पता चलाने में आसानी होती है जिससे गायक बेसुरा होने अर्थात् विभिन्न आवृत्ति की अनियमित ध्वनि-लहरे उत्पन्न करने से बच जाता है। संगीत में ताल को इतना महत्व दिए जाने का यही कारण है।

ध्वनि का डूब जाना—शोरगुल में आवाज तभी सुनी जा सकती है जब कि वह शोरगुल से तेज हो। जब अनेक ध्वनि-लहरें एक ही श्रवण यंत्र का उपयोग करना चाहती हैं तो तेज और मन्द आवाज की प्रतियोगिता में मन्द आवाज डूब जाती है। ध्वनि के मंद पिच में ध्वनि को डुबो देने (masking) की क्षमता ऊँचे पिच से ज्यादा होती है। दो ध्वनि-लहरों की आवृत्ति-सख्या ज्यो-ज्यो निकट आती है त्यो-त्यो उनकी ध्वनि डुबो देने की क्षमता बढ़ती जाती है।

श्रवण-विकार

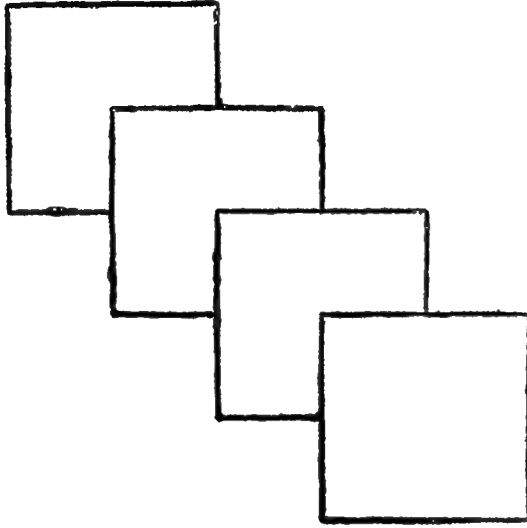
अप्रकृत मनोविज्ञान में श्रवण विकारों का विशेष महत्व होता है क्योंकि उनके रहने पर सन्तुलन करने में बाधा पड़ती है। ऊँचा सुनने वाला व्यक्ति दूसरे लोगों की बातचीत की सन्देह की नजर से देखता है और यह समझता है कि लोग उसी के बारे में कानाफूसी कर रहे हैं। बहुत लोगों को श्रव्य मतिभ्रम (hallucination) और हठ-भ्रम (delusion) भी हो जाते हैं जिनका असर उनके सन्तुलित रूप से प्रतिक्रिया करने पर पड़ता है।

बेसिलर झिल्ली के रेशों की क्षति पहुँचने से व्यक्ति अशक्त बहरा हो जाता है और कुछ आवृत्ति की ध्वनि लहरों को नहीं सुन पाता। कुछ श्रवण विकारों में व्यक्ति गा-बजा सकने की क्षमता खो बैठता है। आगे स्पष्ट हो जायगा कि श्रवण विकार केवल शारीरिक कारणों से ही नहीं होते बल्कि मानसिक क्रियाओं के विकृत हो जाने से भी हो जाते हैं।

त्वचीय बोध

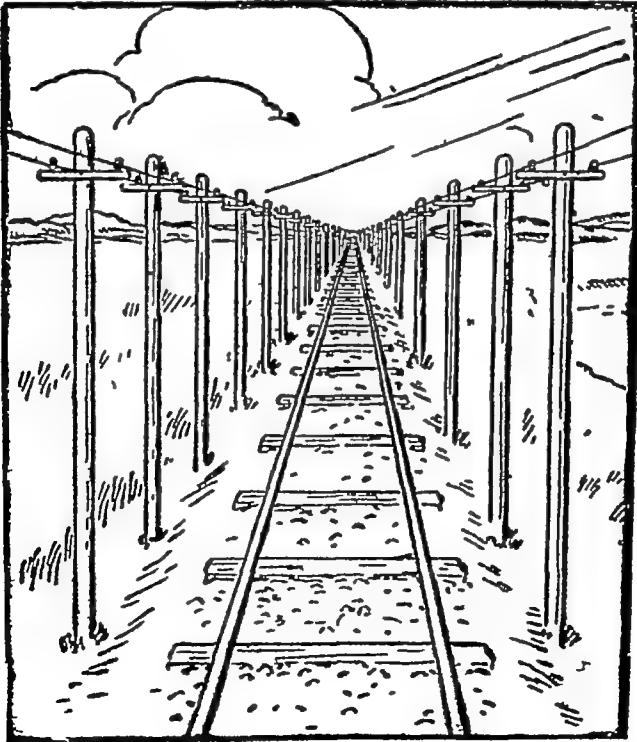
उत्तेजनाओं की अत्यधिक विषमता का अनुभव ठंड, गर्मी, पीड़ा, स्पर्श, खुजली, गुदगुदी आदि त्वचीय बोध द्वारा होता है और प्राणी अपना शारीरिक तथा मानसिक सन्तुलन बनाए रखने के लिए उन विषमताओं से बच सकने की दिशा में व्यवहार करता है। त्वचीय बोध के स्थूल त्वचा पर हर जगह कम या ज्यादा मात्रा में बिखरे होते हैं। किसी ठंडी नुकीली चीज को त्वचा पर हर जगह छुआने से जहाँ-जहाँ वह बहुत ठंडी लगती है वहाँ ठंडा ग्रहण करने के स्थूल होते हैं। इसी प्रकार गर्म चीज जहाँ ज्यादा गर्म

ऊपर या नीचे, दाएँ या बाएँ होने का संकेत नेत्रपटल पर बनने वाले उसके प्रतिबिम्ब के कोण से होता है। पूरी और स्पष्ट रूप-रेखाओं वाली उत्तेजनाएँ अघूरी या धुँधली रूप-रेखा वाली उत्तेजनाओं से ज्यादा नजदीक दिखाई पड़ती हैं (चित्र ४५)।



चित्र ४५

उत्तेजनाओं की दूरी का संकेत नेत्रपटल पर बनने वाले उनके प्रतिबिम्ब के

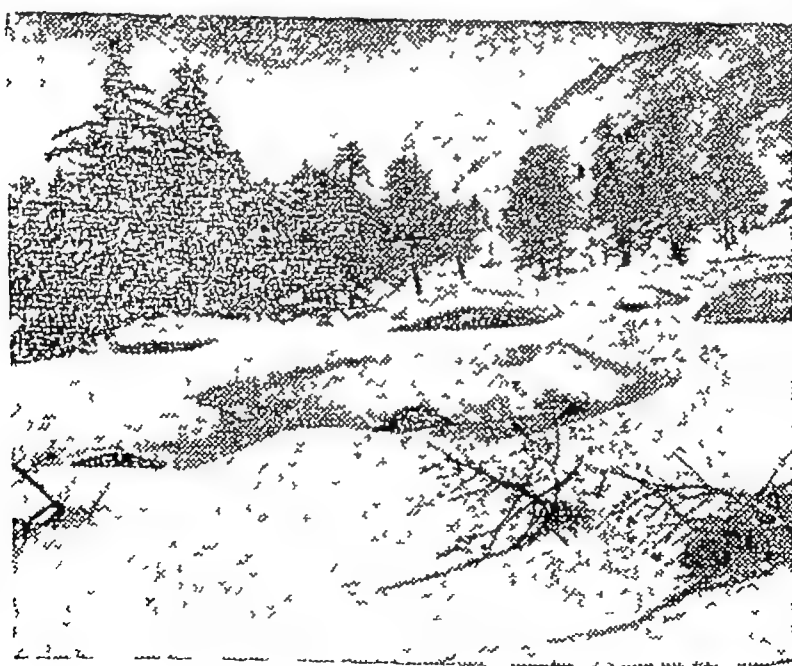


चित्र ४६

आकार पर भी निर्भर होता है। समीपवर्ती उत्तेजनाओं का प्रतिबिम्ब नेत्रपटल के ज्यादा भाग पर पड़ता है और दूरस्थ उत्तेजनाओं का कम भाग पर। जो उत्तेजना नेत्रपटल के ज्यादा भाग पर प्रतिबिम्ब डालती है वह पास और जो कम भाग पर डालती है वह दूर लगती है (चित्र ४६)।

दूरी के ज्ञान में नेत्रीय अनुशीलन.—दूरी का ज्ञान उत्तेजनाओं के सकेत से ही न होकर नेत्रीय अनुशीलन (accommodation) से भी होता है। दूरस्थ उत्तेजनाओं का प्रतिबिम्ब नेत्रपटल पर ठीक से डालने के लिए आँख का लेंस फैलता है जिससे सीलियरी (ciliary) मासपेशी का तनाव कम हो जाता है। समीपवर्ती उत्तेजनाओं का प्रतिबिम्ब नेत्रपटल पर अच्छी तरह केन्द्रित कर सकने के लिए लेंस की गोलाई बढ़ती है जिससे सीलियरी मासपेशी में अधिक आकुचन (contraction) होने से तनाव बढ़ जाता है। नेत्रीय अनुशीलन में सीलियरी मासपेशी पर जितना अधिक तनाव पड़ता है उत्तेजना उतनी ही पास और जितना कम तनाव पड़ता है उतनी ही दूर मालूम पड़ती है।

उत्तेजनाओं की गहराई और ठोसपन का ज्ञान प्रकाश और छाया के सम्मिलित प्रभाव से होता है। चित्रकार प्रकाश और छाया द्वारा ही चित्रों



चित्र ४७

में गहराई, ठोसपन और उभरेपन का प्रभाव पैदा करते हैं (चित्र ४७)। उत्तेजना की दूरी, दिशा और आकार का ज्ञान एक आँख से भी किया जा सकता है किन्तु गहराई और ठोसपन का ज्ञान एक आँख से अच्छी तरह नहीं

हो पाता । गहराई और ठोसपन का ज्ञान भली-भाँति करने के लिए दोनों आँखों से देखने की अपेक्षा होती है । ठोस उत्तेजना का प्रतिबिम्ब दोनों आँखों पर एक-सा नहीं पड़ता । ठोस वस्तु को देखने में दोनों आँखें एक ही उत्तेजना के दो विभिन्न संगठनों को मनस् के न्यूरोनों में भेजती हैं । उनमें से एक अकेला संगठन उत्तेजना के चपटे रूप को ही दिखाता है । किन्तु वही दोनों विभिन्न संगठन जब नेत्रपटल पर समन्वित होते हैं तो उत्तेजना का ठोसपन सजीव बन जाता है । ठोसपन का गुण दोनों संगठनों में अलग अलग नहीं होता वरन् उनके मिलने से पैदा होता है । यह अनुभव आप किसी ठोस वस्तु को एक आँख और दोनों आँखों से देखने पर कर सकते हैं । सीढ़ियाँ उतरते समय एक आँख बन्द कर लीजिए । देखिए कही आप गिर न पड़ें !

समय जानना

सामाजिक व्यवहार में समय की आवश्यकता बहुत पड़ती है । हमें हर काम समय से करना पड़ता है । दैनिक जीवन में 'आज', 'कल', 'परसों', 'अभी' आदि की अनिवार्यता पर कुछ कहना अनावश्यक है । समय के ज्ञान में 'देर' (duration) का अनुभव होता है और हमारे सारे कार्य-क्रम 'देर' के आधार पर ही बनते हैं । हम हर काम उतनी ही देर में कर लेना चाहते हैं जितनी 'देर' उसमें लगना चाहिए ।

आज तो हमारे पास 'देर' (duration) जानने के लिए घड़ियाँ हैं, दिन हैं, तारीखें हैं, किन्तु 'देर' जानने के इन साधनों के विकास के पीछे एक बड़ा रोचक इतिहास है । सभ्यता के शैशव-काल में मनुष्य 'देर' का अनुमान रात और दिन, मौसम के परिवर्तन और चाँद के घटने-बढ़ने से किया करता था । 'देर' का अनुमान प्राकृतिक शक्तियों के प्रकट और अप्रकट होने के आधार पर भी किया जाता था ।

'देर' (duration) का अनुमान अवधान के विभाजन पर भी निर्भर होता है । अवधान का विभाजन नष्ट हो जाने पर समय का ध्यान नहीं रह जाता । किसी काम में तन्मयता से लग जाने पर अवधान का विभाजन नष्ट हो जाता है और हम यह अनुमान कर सकने में असमर्थ रहते हैं कि हमें काम करने में कितनी 'देर' लगी । 'देर' के अनुमान पर सचारीभावो (emotions) का भी प्रभाव पड़ता है क्योंकि वे प्राणी में उद्दीपन पैदा करके उसके अवधान के विभाजन को नष्ट कर देते हैं । अत्यधिक शारीरिक उद्दीपन में समय की सुध नहीं रहती ।

देर के अनुमान पर देर के अन्दर होने वाली घटनाओं की सख्या का भी प्रभाव पड़ता है । घटनाओं की सख्या जितनी अधिक होती है समय उतना ही 'लम्बा' लगता है । काम में व्यस्त आदमी का 'दिन लम्बा' होता है ।

मन लगा लेने वाले कामों में लगने वाली 'देर' लम्बी नहीं लगती क्योंकि मन लगने से अवधान का विभाजन नहीं हो पाता और समय जल्द कट जाता है। तबियत उबाने वाले दिन काटे नहीं कटते। आप शिक्षालय में पाँच घटे रहते हैं किन्तु वे पाँच घटे आपको पहाड़ के समान लगते हैं किन्तु खेल-कूद के पाँच घटे जल्दी बीत जाते हैं।

'देर' के अनुभव के विषय में एक प्रचलित सिद्धान्त यह है कि मनस् शारीरिक क्रियाओं, साँस लेने और नाडी चलने की गति आदि को 'गिनता' है जिससे हमें 'देर' का अनुभव होता है। हमारा शरीर स्वयं 'देर' और समय बताने वाली एक 'रासायनिक घड़ी' है। बुखार और शरीर के अस्वस्थ होने पर यह 'रासायनिक घड़ी' तेज चलने लगती है जिससे समय जल्द बीतता है। समय के ज्ञान पर शारीरिक परिवर्तनों का भी प्रभाव पड़ता है। बचपन में शारीरिक परिवर्तन शीघ्रतापूर्वक होते हैं जिनकी तुलना में समय की गति मन्द लगती है। वृद्धावस्था में शारीरिक परिवर्तन शीघ्रतापूर्वक नहीं होते इसलिए बुढ़ापे में समय जल्दी बीतता-सा लगता है। इन सिद्धान्तों के सच हो सकने का थोड़ा-बहुत आधार समय-ज्ञान की परीक्षाओं से मिल चुका है।

गति को जानना

गति का ज्ञान बोधवाहक धरातल के क्रमिक रूप से उत्तेजित होने पर होता है। बदन पर चीटी के चलने से त्वचा के बोधवाहक ग्राहक क्रमशः उत्तेजित होते चले जाते हैं जिससे हमें चीटी के रेंगने का ज्ञान होता है। गति का ज्ञान मासपेशियों के आकुचन और फैलाव से भी होता है। हाथ हिलाने पर कुछ मासपेशियों में आकुचन होता है और उनकी विरोधी मासपेशियों में फैलाव जिससे हाथ में गति मालूम पड़ती है।

गति का ज्ञान एक सीमा के भीतर ही होता है। घड़ी की बड़ी सुई गतिशील लगती है किन्तु छोटी नहीं लगती। प्रयोगों द्वारा यह देखा गया है कि आँख से दो गज दूर पर प्रति सेकेंड २ मिलीमीटर से कम रफ्तार और १५० मिलीमीटर से ज्यादा रफ्तार से गतिशील वस्तुओं की गतिशीलता दिखाई नहीं पड़ती। उत्तेजना जितनी दूर होती है उसकी गति उतनी ही धीमी मालूम पड़ती है। गतिशीलता का अनुमान कर सकने में गलती होती है और वह दुर्घटना का कारण बन सकती है। अभ्यास से गतिशीलता के अनुमान को बहुत कुछ उन्नत किया जा सकता है।

गतिशीलता के भ्रम—स्थिर और ध्रुव उत्तेजनाओं को गतिशील समझना और गतिशील उत्तेजनाओं का गतिहीन लगना गतिशीलता के भ्रम हैं।

आपने बादलो की ओट में चाँद को भागते देखा होगा। किन्तु चाँद नहीं भागता, भागते तो बादल हैं। गतिशीलता देखने के लिए कोई न कोई ध्रुव पृष्ठभूमि होना चाहिये। विस्तृत आकाश में बादलो के भागने का अनुमान करने के लिए कोई ध्रुव पृष्ठभूमि नहीं मिलती इसलिए चाँद भागता सा लगता है क्योंकि बादल चाँद के भागने का अनुमान कराने की ध्रुव पृष्ठभूमि बन जाते हैं। गतिशीलता का अनुभव अपने परिवेश की ध्रुवता के प्रसंग से भी होता है। स्टेशन पर खड़ी रेलगाड़ी में बैठे रहने पर आपने अनुभव किया होगा कि जब पास खड़ी कोई दूसरी गाड़ी चलती है तो आपको लगता है कि आपकी गाड़ी चल रही है। दूसरी गाड़ी आपके ध्रुव परिवेश का अग बन चुकती है जिससे उसकी ध्रुव पृष्ठभूमि के प्रसंग में आप गति का आरोप अपनी गाड़ी पर कर बैठते हैं।

आप दीवार को पृष्ठभूमि बनाकर अपने किसी हाथ की उँगली नाक की सीध में कर लीजिये। अब आप दोनों आँखों को बारी-बारी बहुत जल्द बन्द करते और खोलते रहिये। आपको लगेगा कि उँगली इधर उधर चल रही है। यदि आप एक आँख बन्द करने और दूसरी खोलने में ०६ सेकेंड से ज्यादा लगाएँ तो उँगली गतिशील नहीं लगेगी। मनोविज्ञान में आपके इस अनुभव को फाई-व्यापार (phi-phenomenon) कहा जाता है।

सिनेमा के चित्र आपको चलते फिरते दिखाई देते हैं किन्तु वास्तव में उनमें गति नहीं होती। उनको इस तरह दिखाया जाता है कि ०६ सेकेंड में आँख के सामने लगातार १७ चित्र आते हैं जिससे उनकी १७ विभिन्न और ध्रुव स्थितियों में ऐसा सगठन हो जाता है कि वे चलते फिरते मालूम होने लगते हैं। नेत्रपटल पर पहले चित्र से बना प्रतिबिम्ब हटने से पहले ही दूसरे चित्र का, दूसरे के बाद तीसरे का प्रतिबिम्ब बनता जाता है और उन सबके सगठन से चित्रों में गतिशीलता का अनुभव होने लगता है।

अप्रकृत त्वचीय विकार

अनुभव और व्यवहार का आधार होने से सवेदनो का प्रकृत होना सतुलित व्यवहार कर सकने के लिये अत्यन्त आवश्यक होता है। अप्रकृत सवेदन व्यवहार को भी अप्रकृत बना देते हैं। यो तो ग्राहको को क्षति पहुँचने या उनमें कोई और दोष होने से तत्सम्बन्धी सवेदनो में विकार आ जाता है और दोष ठीक होने पर मिट जाता है। किन्तु सवेदन के विकार अप्रकृत तब कहलाते हैं जब उनका आश्रय उनसे सम्बन्धित ग्राहको में न होकर और ग्राहको के स्वस्थ और नियमित रहने पर भी मनोजन्य (psychogenic) कारणों से ग्राहको की कार्यात्मक (functional) क्षमता नष्ट हो जाने में हो।

अतएव अप्रकृत सवेदनो के कुछ प्रमुख रूपों को जान लेना अप्रकृत व्यवहार को समझने के लिये जरूरी है ।

हाइपरेस्थीसिया और एनेस्थीसिया (hyperesthesia and anesthesia) —ग्राहको की सवेदनशीलता अप्रकृत तरह से बढ़ जाने को हाइपरेस्थीसिया कहा जाता है । हाइपरेस्थीसिया का आश्रय सुनने, देखने, स्पर्श करने, दर्द का अनुभव करने आदि के किसी भी ग्राहक में हो सकता है । दर्द, स्पर्श, स्वाद आदि के प्रति बिल्कुल सवेदनशून्य बन जाने को एनेस्थीसिया कहा जाता है ।

जन्म से ही किसी ग्राहक के न होने या दोषपूर्ण होने से व्यक्ति को बाह्य जगत के सवेदन अन्य प्रकृत व्यक्तियों की भाँति नहीं हो पाते । इसका उसके मानसिक विकास पर बड़ा असर पड़ता है और उसके लिये परिवेश की सार्थकता वैसी नहीं रह जाती जैसी प्रकृत व्यक्ति के लिये होती है । परिवेश की सार्थकता घटने का असर व्यवहार पर पड़ता है जिससे व्यवहार वैसा नहीं हो पाता जैसा कि उसे होना चाहिये ।

पैरेस्थीसिया (paresthesia) —इस त्वचीय विकार में मनुष्य को त्वचीय सवेदन का ठीक ठीक स्थान और रूप नहीं मालूम हो पाता । कोकीन खाने वाले लोग अक्सर यह शिकायत करते हैं कि उनको बदन पर 'खटमल रेंगने सा' सवेदन हो रहा है । कुछ लोग तो सचमुच बदन पर अपने कल्पना-जन्य कीड़ों की खोज करने लगते हैं । पैरेस्थीसिया के इस रूप को त्वचीय मतिभ्रम (hallucination) कहा जाता है और उसे सवेदन की अपेक्षा सज्ञा करने का विकार समझा जा सकता है । पैरेस्थीसिया के साथ साथ होने वाले सज्ञा करने के एक अन्य विकार को ऐस्टीरिओग्नासिस (astereognosis) कहते हैं जिसमें रोगी स्पर्श-द्वारा पूर्व परिचित चीजों को नहीं पहचान पाता । जब में हाथ डालने पर वह गोल पैसे और चौकोर दुअल्ली में भेद नहीं कर पाता ।

सिनेस्थीसिया (synesthesia) —यह विकार बहुत कम पाया जाता है और इससे सतुलित प्रतिक्रिया करने में कोई बाधा नहीं पड़ती । किसी एक ग्राहक के सक्रिय होने पर अगर कोई दूसरा ग्राहक भी स्वतः सक्रिय हो जाय तो उन दोनों की सम्मिलित प्रतिक्रिया सिनेस्थीसिया कारण होती है । इस विकार से ग्रस्त लोग विशेष प्रकार की आवाज सुनने के साथ साथ कोई न कोई रंग भी देखते हैं । सिनेस्थीसिया में विभिन्न प्रकार के सवेदनो का अनेक तरह से सहचार हो सकता है । किसी को विशेष नाम सुनने पर विशेष प्रकार के स्वाद का सवेदन होता है, किसी को दबाव और ठंड का, किसी को सुनने के साथ दर्द

का, किसी को सुनने के साथ चित्र का, किसी को स्वाद के साथ रंगों का या गन्ध के साथ रंगों का, किसी को पीड़ा के साथ रंगों का या पत्र के साथ व्यक्ति का ।

सिनेस्थीसिया पर थकान का भी असर पड़ता है । थकान से कभी कभी सिनेस्थीसिया बढ़ जाती है और कभी कभी घट भी जाती है । सिनेस्थीसिया में साधारणतः संवेदनो का आश्रय उन्हीं ग्राहकों में होता है जिनमें उसे प्रकृत रूप से होना चाहिये । सिनेस्थीसिया विकार किशोरावस्था में ज्यादा पाया जाता है और परिपक्वता के साथ कम या नष्ट हो जाता है ।

सिनेस्थीसिया को केवल संवेदन सम्बन्धी विकार ही नहीं समझना चाहिए । उसका असर सज्ञा और कल्पना या चिंतन करने जैसी प्रतीकात्मक क्रियाओं पर भी पड़ता है । हवीलर और कुट्सफोर्थ की खोजों से यह स्पष्ट हो चुका है कि सिनेस्थीसिया परिधीय और केन्द्रीय दोनों प्रकार का विकार होता है और सज्ञात्मक और प्रतीकात्मक क्रियाओं पर उसका काफी प्रभाव पड़ता है ।

सिनेस्थीसिया की व्याख्या अनेक प्रकार से की गई है । ज्यादा मान्य मत यह है कि बोधवाहक द्वारों में उनके रेशों कहीं न कहीं इस तरह उलझ जाते हैं कि एक द्वार के सक्रिय होने पर दूसरा भी सक्रिय हो जाता है । एक अन्य मत के अनुसार स्नायु-रचना के विकास के साथ स्नायुओं में प्रकृत कार्यात्मक विभेदीकरण (differentiation) न होना ही सिनेस्थीसिया का कारण होता है । सिनेस्थीसिया का किशोरावस्था में ज्यादा पाया जाना इस मत का समर्थन करता है ।

सिनेस्थीसिया की व्याख्या साहचर्य (association) के आधार पर भी की गई है । साहचर्य-मत के अनुसार सिनेस्थीसिया का कारण बचपन में सीखने के अनुभव की विचित्रता में होता है । इस मत के अनुसार सिनेस्थीसिया संयोगवश ही होता है और याद रखने की क्रिया में जान-बूझकर उपयोग करने के अतिरिक्त मानवी विकास या संतुलन में उसका कोई उपयोग नहीं होता । उपर्युक्त किसी एक मत से सिनेस्थीसिया के सब रूपों की पूर्ण व्याख्या नहीं हो पाती । इसका कारण विभिन्न मतों की अपूर्णता न होकर शायद सिनेस्थीसिया के केसों का अध्ययन और वर्णन करने का अलग अलग ढंग हो सकता है ।

सिनेस्थीसिया के आनुवंशिक होने के प्रमाण भी मिलते हैं । सिनेस्थीसिया एक पीढ़ी से दूसरी पीढ़ी को प्राप्त हो सकती है; हाँ उसका रूप बदल सकता है । किंतु इस विषय पर ज्यादा अनुसन्धान नहीं हुआ है इसलिए निश्चित रूप से कुछ नहीं कहा जा सकता ।

लगती है वहाँ गर्मी ग्रहण करने के स्थल होते हैं। सुई को त्वचा पर हर जगह धीरे से चुभाने पर कहीं कहीं ज्यादा पीड़ा होती है क्योंकि वहाँ पीड़ा ग्रहण करने के स्थल होते हैं। यदि त्वचा को तिनके से छुआ जाय तो अनेक स्थलो पर कोई बोध नहीं होगा किन्तु कहीं कहीं स्पर्श की तीव्रता साफ मालूम पड़ेगी। ऐसी जगह त्वचा में स्पर्श के स्थल होते हैं। त्वचा में पीड़ा और स्पर्श के स्थल तापक्रम (ठंड-गर्मी) के स्थलो से और ठंड-स्थल गर्मी के स्थलो से अधिक होते हैं। ठंड और गर्मी, स्पर्श और पीड़ा यही चार मुख्य त्वचीय बोध हैं। खुजली पीड़ा का प्रकार है और गुदगुदी स्पर्श का।

पीड़ा का अनुभव शरीर में लगभग हर जगह होता है। पीड़ा तब होती है जब कोई उत्तेजना अपनी शक्ति से ग्राहको को विनाशक आघात पहुँचाती है। पीड़ा शरीर को खतरे की सूचना देती है किन्तु पीड़ा के प्रति प्रतिक्रिया होने में बहुत समय लगता है। सुई चुभाने पर पीड़ा होने से पहले दबाव या शायद ठंड का बोध होता है। शरीर के किसी भाग में होने वाली तेज पीड़ा अन्य स्थान पर होने वाली हलकी पीड़ा के बोध को दबा देती है। इसका कारण शायद अवधान (attention) में होता हो।

ठंड और गर्मी के स्थल — १० अंश से + ७० अंश सेन्टीग्रेड की उत्तेजना के प्रति ही सवेदनशील होते हैं। इन अंशों से नीचे या ऊपर उत्तेजना की शक्ति ग्राहक के लिए विनाशक बन जाती है जिससे केवल पीड़ा का ही अनुभव होता है। त्वचा का तापक्रम लगभग ३३ सेन्टीग्रेड होता है और खून के तापक्रम से कम होता है। शारीरिक गर्मी शरीर से बाहर हवा की ओर निरन्तर प्रवाहित होती रहती है। जब कोई उत्तेजना शरीर से ज्यादा गर्मी खींचकर हवा की ओर शारीरिक गर्मी के प्रवाह को बढा देती है तो ठंड लगती है और यदि शरीर को ज्यादा गर्मी देकर हवा की ओर शारीरिक गर्मी के प्रवाह की गति को घटा देती है तो गर्मी लगती है। त्वचा के तापक्रम ३३ सेन्टीग्रेड के आसपास के तापक्रम की उत्तेजना से ठंड या गर्मी नहीं लगती इसलिए ३३ सेन्टीग्रेड को तापक्रम की त्वचीयबोधशून्यता (physiological zero) कहा जाता है।

त्वचीय बोध का अनुशीलन—स्पर्श का विशेषकर दुर्बल उत्तेजना के स्पर्श का अनुशीलन बहुत जल्द होता है जिससे आपको अपने कपड़ों, उँगली में पहनी हुई अँगूठी आदि का दबाव अनुभव नहीं होता। स्पर्श के अनुशीलन का प्रभाव बहुत व्यापक होता है। यदि कोई व्यक्ति हर प्रकार के शारीरिक

कष्ट से बचता है तो वह स्पर्श की हर उत्तेजना के प्रति अधिक सवेदनशील हो जाता है। जो लोग हर मौसम में अधखुले घूमते रहते हैं उनका अनुशीलन अधिक स्थायी बन जाता है। जिस ज्वीज का अनुशीलन अस्थायी होता है उसके भावात्मक उत्तर-सवेदन (positive after-sensation) का अनुभव होता है। पहली बार थोड़ी देर चश्मा लगाने के बाद उसे उतार देने पर भी लगता है कि चश्मा लगा हुआ है।

तापक्रम के अनुशीलन से तापक्रम की त्वचीय-बोधशून्यता (physiological zero) बदलती रहती है। आप अपने एक हाथ की उँगली को जरा ठंडे और दूसरे हाथ की उँगली को जरा गर्म पानी में कुछ देर रखिए। फिर दोनों उँगलियों को त्वचीय तापक्रम (३३ सेन्टीग्रेड) के पानी में डाल दीजिए। यह पानी आपकी ठंडे पानी में रक्खी गई उँगली को गर्म और गर्म पानी में रक्खी गई उँगली को ठंडा मालूम पड़ेगा 'क्योंकि ठंडे और गर्म पानी में रहने से आपकी उँगलियों के तापक्रम की त्वचीयबोधशून्यता बदल चुकी थी।

मांसपेशीय बोध—मांसपेशियों और शारीरिक जोड़ों जैसे कोहनी, कलाई, एँड़ी, घुटनों आदि में भी ग्राहक होते हैं। इन ग्राहकों से धड़, अवयवों की स्थिति और स्थान-परिवर्तन का अनुभव होता है। यदि ये ग्राहक न होते तो चलना या खड़ा हो सकना दुर्भर बन जाता और शरीर की स्थिति जानने और उस पर नियन्त्रण कर सकने के लिए हमें अपने शरीर को हर समय देखना पड़ता।

मांसपेशियों और शारीरिक जोड़ों में स्थित ग्राहक शरीर की स्थिति, मांसपेशीय आकुचन (muscular contraction) और मांसपेशी में बाह्य गति से होने वाले प्रतिरोध (resistance) से उत्तेजित होते हैं और वस्तुओं के भार, उनकी कठोरता, चिकनेपन, खुरदरेपन आदि का ज्ञान करते हैं। स्पर्श के साथ मांसपेशीय प्रतिरोध होने पर कठोरता का और मांसपेशीय प्रतिरोध न होने पर कोमलता का बोध होता है। स्पर्श से यदि मांसपेशियों में कम्पन हो तो खुरदरेपन का और यदि कम्पन न हो तो चिकनेपन का बोध होता है।

भूख, प्यास, भारीपन, घुटन, जलन आदि का बोध आन्तरिक शारीरिक क्रियाओं से होता है जिनके ग्राहक आन्तरिक अंगों में स्थित होते हैं। प्यास गला सूखने से लगती है और भूख आँतों के आपस में रगड़ खाने से।

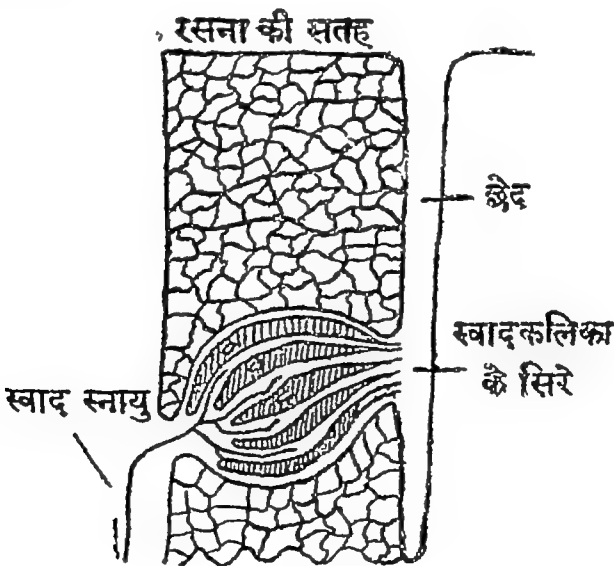
शारीरिक स्थिति का बोध—कान के भीतरी भाग में अर्धवृत्ताकार नालियाँ होती हैं जिनका सुनने से कोई सम्बन्ध नहीं होता। वे प्राणी को उसकी शारी-

रिक स्थिति अवगत कराती है । वेस्टीब्यूल और अर्धवृत्ताकार नालियों में लोम-कोष (hair-cells) होते हैं । सिर झुकाने या घुमाने पर अर्धवृत्ताकार नालियों में भरा तरल पदार्थ असंतुलित होकर लोम-कोषों को उत्तेजित कर देता है । लोम-कोषों के उत्तेजित होने से उनसे सम्बन्धित बोधवाहक स्नायु के रेशों में न्यूरोनीय प्रेरणा का प्रादुर्भाव होता है जो मनस् में पहुँचकर प्राणी को झुकने, घूमने आदि की शारीरिक स्थितियों का बोध कराती है । चक्कर आदि खाने पर जब अर्धवृत्ताकार नालियों में भरा तरल पदार्थ अस्थिर हो जाता है तो प्राणी अपनी शारीरिक स्थिति का बोध खो बैठता है और खड़ा न रह पाकर गिर पड़ता है ।

स्वाद लेना

स्वाद का महत्व इसी से स्पष्ट है कि हम अपने जीवन के अनुभवों की अभिव्यक्ति बहुधा स्वादों की भाषा में किया करते हैं । हमें नींद मीठी आती है, सुन्दर मुख नमकीन नजर आता है, हमारी तबियत खट्टी हो जाया करती है और कभी-कभी जिन्दगी तलख (कड़वी) बन जाती है ।

स्वादेन्द्रिय—रसना की सतह पर छोटे-छोटे छेद होते हैं जिससे वह खुरदरी लगती है । इन छेदों के नीचे स्वाद-ग्राहक होते हैं । स्वादग्राहकों के एक समूह को स्वाद-कलिका (taste bud) कहा जाता है । प्रत्येक स्वाद-कलिका कोषों का समूह होती है और उसकी शकल प्याज की छोटी गाँठ की तरह होती है (चित्र ४२) ।



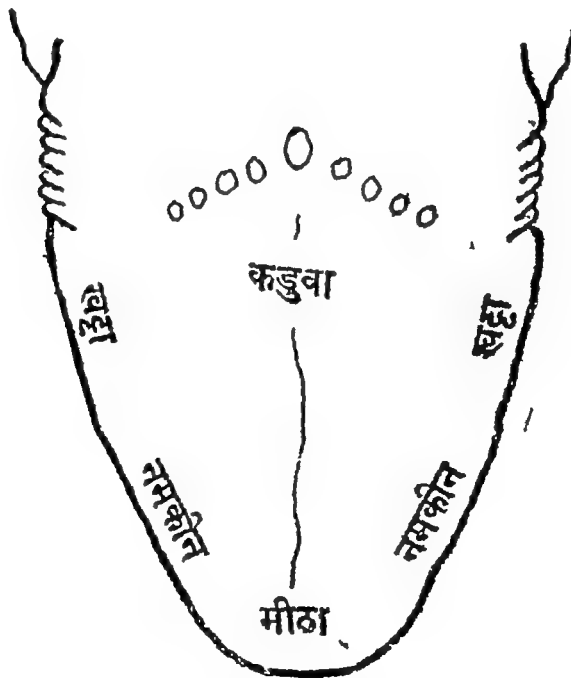
चित्र ४२

स्वाद-कलिकाएँ रसना के अलावा गालों और ओठों में भी होती हैं । वयस्क लोगों की अपेक्षा बच्चों में स्वाद-कलिकाओं की संख्या अधिक होती

ह । स्वाद के ग्राहको के अतिरिक्त रसना में त्वचीय-सवेदन के ग्राहक भी होते हैं ।

स्वाद के गुण—स्वाद के गुणों की संख्या बहुत सीमित होती है । मुख्य स्वाद केवल चार होते हैं : मीठा, नमकीन, खट्टा और कड़ुवा । अन्य प्रकार के स्वाद खाने वाली चीज के स्पर्श, तापक्रम और गन्ध से मिलकर बनते हैं । गन्ध और स्वाद में घनिष्ठ सम्बन्ध होता है । आपने चाय पी होगी । अच्छा होता है न उसका स्वाद ? किन्तु शायद आपको आश्चर्य होगा कि चाय का स्वाद वस्तुतः कड़ुवा होता है किन्तु दूध, शक्कर, तापक्रम, स्पर्श और गन्ध ये सब मिलकर चाय में एक ऐसा जायका पैदा कर देते हैं जिससे कवि सुन्दर युवती की भूरी आँखों की उपमा गर्म चाय के प्याले से दे डालते हैं, क्योंकि उन्हें भूरी आँखों में शायद वही रस मिलता है जो गर्म चाय पीने में । यदि आपकी नाक बन्द करके और बिना दिखाए रसगुल्ला खिलाया जाय तो वह आपको केवल मीठा ही लगेगा, 'रसगुल्ला' नहीं । हलवाई की दुकान के सामने से गुजरते हुए यदि आपकी जेब खाली हो तो फौरन दृष्टि फेरकर अपनी नाक बन्द कर लीजिए और फिर बर्फी, इमरती, खुरमा, रसमलाई, चमचम आदि की सार्थकता नष्ट हो जायगी और वे आपके लिए केवल 'मीठी चीजें' मात्र ही हो जायँगी । हमारी नाक बहुत से स्वादों की नाक रख लेती है ।

स्वाद-स्थल—रसना का हर भाग चारों स्वादों के प्रति एक-सा सवेदनशील



चित्र ४३

नहीं होता। आगे का भाग मीठे के प्रति, पीछे का कड़ुवे के प्रति और पार्श्व भाग खट्टे के प्रति अधिक संवेदनशील होता है। नमकीन के लिए रसना की सतह का सारा भाग लगभग समान रूप से संवेदनशील होता है (चित्र ४३)।

स्वाद रासायनिक (chemical) संवेदन है इसलिए जब तक रसना पर रक्खी हुई चीज लार द्वारा घुलकर छेदों से स्वादकलिकाओं तक नहीं पहुँचती तब तक उस चीज का स्वाद नहीं मिल पाता। स्वाद लेने के लिये उत्तेजना को या तो पहले से ही घुला हुआ होना चाहिये या मुँह में जाकर लार द्वारा घुलने योग्य होना चाहिये। यदि आप पैसा मुँह में रख ले तो आपको उसका कोई स्वाद नहीं मिलेगा क्योंकि वह घुल सकने योग्य नहीं होता। हाँ, रसना में त्वचीय बोध के ग्राहक होने से पैसा आपको ठंडा अवश्य लगेगा। उत्तेजना रसना पर लार द्वारा घुलकर और छेदों में प्रविष्ट होकर स्वादकलिकाओं को उत्तेजित करती है। स्वादकलिकाओं के उत्तेजित होने पर स्वाद-स्नायु मनस् के स्वादक्षेत्र को जाग्रत करते हैं और तब हमें स्वाद का बोध होता है।

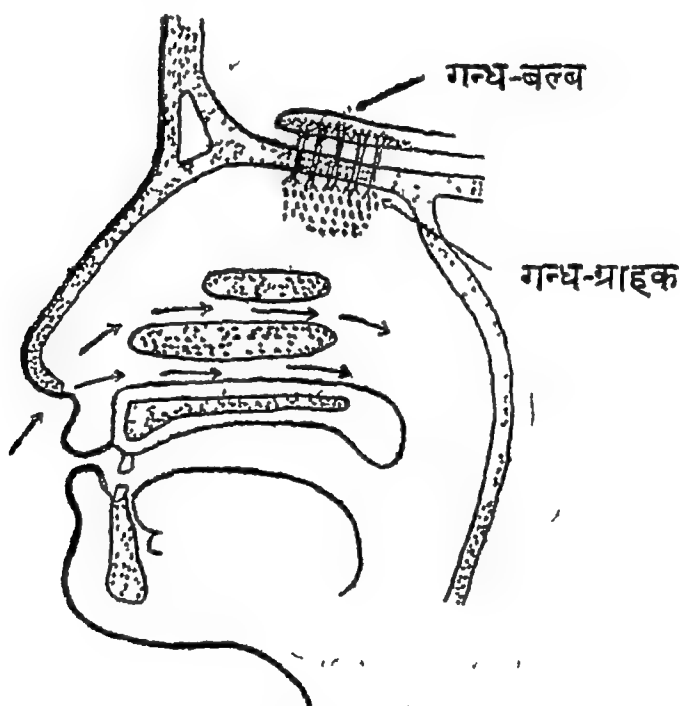
स्वाद-अनुशीलन—रसना भी अन्य ग्राहकों की भाँति स्वाद-उत्तेजनाओं से अपना अनुशीलन (adaptation) करती है। कोई स्वादिष्ट वस्तु रसना पर बहुत देर रहने के बाद फीकी-सी लगने लगती है। नमकीन चीज खाने के बाद यदि कोई ऐसी चीज खाई जाय जिसमें चारों स्वाद मिले तो वह चीज नमकीन स्वाद न देकर शेष तीनों स्वाद ही देगी। स्वादों में विरोध भी होता है। पेडा खा लेने के बाद नारंगी बहुत खट्टी लगती है। नीबू खा लेने के बाद नारंगी अधिक मीठी लगती है।

सूँघना

बहुत-से प्राणी अपने परिवेश का ज्ञान सूँघकर ही करते हैं। चीटी सूँघकर ही मीठी चीजों तक पहुँच जाती है। कुत्ते खाने योग्य वस्तुओं को सूँघकर ही जानते हैं। सूँघने की शक्ति मनुष्यों की अपेक्षा अन्य प्राणियों में अधिक होती है क्योंकि अन्य प्राणियों में परिवेश को जानने के उत्तम साधनों जैसे देखना, सुनना आदि का उतना विकास नहीं हो पाया है जितना मनुष्य में हो चुका है। यद्यपि मनुष्य में सूँघने की शक्ति अन्य प्राणियों के बराबर नहीं होती तथापि वह भी अनेक उत्तेजनाओं में गन्ध के आधार पर ही भेद करता है।

नाक—गन्ध का अनुभव नाक द्वारा होता है। नाक के भीतर आँख की सीध से जरा ऊपर गन्ध-बल्ब (olfactory bulb) होता है जिसके सिरो

पर महीन महीन रोएँ होते हैं। ये रोएँ ही गन्ध-ग्राहक होते हैं (चित्र ४४)। गन्ध की उत्तेजना हवा द्वारा जब नाक में प्रविष्ट होकर इन रोओ को छूती है तो उसका सवेदन गन्ध-स्नायु द्वारा मनस् के सूँघने के केन्द्र में पहुँचता है और तब हमें गन्ध का अनुभव होता है। गन्ध-ग्राहक चूँकि नाक के ऊपरी भाग में स्थित होते हैं इसलिए साँस लेने में नाक के अन्दर जो हवा आती जाती रहती है वह गन्ध-ग्राहक को नहीं छू पाती और हमें गन्ध का अनुभव साधारणतया साँस लेते रहने से नहीं होता। यह चित्र ४४ में बने तीरो से स्पष्ट हो जायगा। सूँघने के लिए नाक द्वारा हवा को जोर से ऊपर की ओर खींचना पड़ता है जिससे वह गन्ध-ग्राहक को छू सके। गन्ध की उत्तेजना चूँकि हवा द्वारा ही नाक में जा सकती है इसलिए सूँघ सकने के लिए उत्तेजना को वायव्य (gaseous) रूप में होना चाहिये।



चित्र ४४

गन्ध के गुण—अपने मुख्य रूप में गन्ध छः तरह की होती है : जलने की, सड़ने की, राल की, मसालों की, फलों की और फूलों की। इन्हीं मुख्य गन्धों के मेल से विभिन्न प्रकार की सैकड़ों गौण गन्धें बनती हैं। बहुत-सी गन्धों में स्वाद भी रहता है जैसे क्लोरोफार्म सूँघने से मिठास का स्वाद मिलता है।

गन्ध-अनुशीलन—गन्धों का अनुशीलन गन्ध-ग्राहकों से बहुत जल्द होता है और अनुशीलन का प्रभाव भी बहुत जल्द मिटता है। इलायची पहले

तो बड़ी सुगन्धित लगती है किन्तु जरा ही देर बाद ऐसा लगता है कि मानो उसमें गन्ध थी ही नहीं। इसका कारण शायद मनस् में गन्ध-केन्द्रों की थकान में होता है। किसी गन्ध का अनुशीलन उसी के समान गन्धों के प्रति सवेदनशीलता को कम कर देता है। कपूर को सूँघने के तत्काल बाद इलायची की गन्ध के प्रति सवेदनशीलता घट जाती है। कुछ तेज गन्धें जब फीकी पड़ती हैं तो उनका गुण बदल जाता है। सस्ते इत्रों में पहले तो ताजे फल की सी महक होती है किन्तु कुछ दिनों बाद उनकी महक खट्टी सी पड़ने लगती है।

दिशा और दूरी जानना

पदार्थों या उत्तेजनाओं में दिशा और दूरी होती है। हर पदार्थ या हर घटना हर जगह और हर समय नहीं होती। हम यह कैसे जानते हैं कि अमुक वस्तु हमसे आठ गज दूर है या कालिदास नामक व्यक्ति हमारे जन्म लेने से बहुत पहले ही जन्म ले चुका और मर चुका था? दिशा और दूरी का ज्ञान अनेक बोधागों के साथ-साथ मिलकर किया करने से होता है। दूरी का ज्ञान देखने, सुनने और त्वचीय बोध से होता है। दिशा का ज्ञान मास-पेशीय और त्वचीय बोध से होता है। दाएँ, बाएँ, आगे, पीछे का ज्ञान शरीर के प्रसंग से किया जाता है। दिशा-ज्ञान गुरुत्वाकर्षण शक्ति पर भी निर्भर होता है। सीधे खड़े हो सकने के लिए प्राणी को गुरुत्वाकर्षण शक्ति के विरुद्ध अपना सतुलन करना पड़ता है। यदि प्राणी पर गुरुत्वाकर्षण शक्ति का प्रभाव न पड़ता और यदि उसकी शरीर-रचना किसी और ढंग की हुई होती तो उसका दिशा और दूरी का ज्ञान भी कुछ और ही तरह का होता।

स्पर्श से उत्तेजना की स्थिति जानना—यदि आपके शरीर के किसी अंग का स्पर्श किया जाय तो आप स्पर्श किए जाने वाले स्थान को सही-सही बता देते हैं। यदि आप आँख बन्द कर लें और आपके शरीर के किसी भाग पर कोई चीज चुभोई जाय तो आप सही-सही बता दें कि वह कहाँ चुभोई गई थी। हो सकता है कि आपसे थोड़ी गलती हो जाय किन्तु वह नहीं के बराबर होगी। शरीर के जो भाग ज्यादा सवेदनशील होते हैं वहाँ स्पर्श का ज्ञान सबसे अधिक होता है। स्पर्श से उत्तेजना की सही-सही स्थिति जानना कैसे संभव होता है? क्या आपने उसे सीखा था या वह जन्मजात थी?

इस प्रश्न का एक पुराना उत्तर यह है कि जब एक ही उत्तेजना शरीर के दो भागों पर दी जाती है तो शरीर के विभिन्न स्थानों के अनुसार उस

उत्तेजना के सवेदन के गुण (quality) में भेद होता है जिसके अनेक कारण हो सकते हैं, जैसे विभिन्न अंगों की सवेदनशीलता का अन्तर, शरीर में ग्राहकों का असमान वितरण, उत्तेजना के दबाव का प्रतिरोध करने वाले पुट्टों की विशेषता, इत्यादि। किंतु हम नहीं जानते कि ये बातें स्पर्श से उत्तेजना की स्थिति जानने में कहाँ तक सहायक बनती हैं। बच्चों और छोटे पशुओं के व्यवहार से यह स्पष्ट है कि स्पर्श से उत्तेजना की स्थिति जान सकने की क्षमता जन्मजात होती है। किंतु सीखने से उत्तेजना की विल्कुल सही स्थिति जान सकने में सुधार अवश्य होता है।

ध्वनि से स्थिति जानना—उत्तेजना की दिशा और दूरी ध्वनि से भी जानी जाती है। ध्वनि की स्थिति ध्वनि पैदा करने वाली उत्तेजना की तीव्रता के अनुपात से पता चलती है। तेज ध्वनि पास लगती है और धीमी दूर। दूर से आने वाली ध्वनि के घनत्व (volume) और टिम्बर (timbre) में भी अन्तर होता है इसलिए दूरी का ज्ञान ध्वनि के घनत्व और टिम्बर से भी होता है।

ध्वनि से दिशा का ज्ञान दोनों कानों के परस्पर सहयोग से होता है। ध्वनि-लहरें चाहे दाहिनी ओर से आएँ या बायी ओर से उनका प्रभाव दोनों कानों पर अलग-अलग पड़ता है। कोई न कोई कान ध्वनि की उत्तेजना के थोड़ा पास पड़ता है किंतु ध्वनि की तेजी दोनों कानों में भारी अन्तर डालती है। ध्वनि जिस कान के लिए तेज होती है उत्तेजना की स्थिति उसी ओर समझ ली जाती है।

ध्वनि से स्थिति जानने पर मानसिक विन्यास का प्रभाव—ध्वनि का उद्गम दृष्टिगोचर होने पर हम ध्वनि उसी उद्गम से आने की आशा करते हैं और ध्वनि वही से आती हुई लगती है। यदि कोई व्यक्ति हमारे बायें तरफ बोले और उसकी आवाज किसी यंत्र की सहायता से दाहिने कान में पड़े तो भी हमें आवाज का उद्गम बायी ओर ही मालूम होगा क्योंकि हमारा मानसिक विन्यास ध्वनि को बायी ओर से ही सुनने का बन जाता है। मानसिक विन्यास की प्रधानता के कारण ही सिनेमा देखते समय आवाज अभिनेताओं के मुँह से अलग-अलग निकलती सुनाई देती है जबकि उसका वास्तविक उद्गम पर्दे के पीछे एक निश्चित स्थान से होता है।

दृष्टि से उत्तेजना की स्थिति जानना—उत्तेजना की स्थिति (दिशा और दूरी) का ज्ञान दृष्टि से भी होता है। मनस् को अपनी स्थिति का बोध कराने वाले कुछ संकेत (cue) तो उत्तेजनाओं में ही होते हैं। उत्तेजना के

गत्यात्मक पक्ष

व्यवहार के प्रेरक

प्राणी के व्यवहार के पीछे प्रतिक्रिया करने की प्रेरणा देने वाला कोई प्रेरक अवश्य होता है। प्रतिक्रिया कराने वाली प्रत्येक उत्तेजना व्यवहार की प्रेरक होती है। प्रत्येक प्रेरक के पीछे कोई उद्देश्य (motive) होता है। यो तो प्रत्येक प्रेरक आन्तरिक या बाह्य रूप से व्यवहार करने की प्रेरणा देने वाला होता है किन्तु आजकल मनोविज्ञान में किसी प्रेरक को उद्देश्य-मूलक तभी कहा जाता है जब उसका आधार आन्तरिक नियन्त्रण में हो। बाह्य-नियन्त्रण से प्रेरित कर्मों को उद्देश्यमूलक नहीं कहा जाता। तेज प्रकाश में पलको के झपने को उद्देश्यमूलक नहीं कहना चाहिए क्योंकि पलको की क्रिया का नियन्त्रण और सञ्चालन किसी परिवर्तनीय आन्तरिक शारीरिक स्थिति से न होकर आँख की रचना से होता है। वस्तुतः प्रेरक उद्देश्यमूलक तभी होता है जब वह भूख-प्यास जैसी परिवर्तनीय शारीरिक स्थितियों पर आधारित हो। यहाँ प्रेरक शब्द को उपर्युक्त अर्थ में ही प्रयुक्त किया जायगा।

प्रेरक के उद्देश्य का अनुमान प्रतिक्रिया को देखकर किया जाता है। पानी पीने की प्रतिक्रिया को देखकर प्यास बुझाने के उद्देश्य का अनुमान होता है। इच्छा, रुचि, प्रवृत्ति, रुमान, पसन्द आदि शब्द उद्देश्यसूचक हैं। मनुष्य इस क्षण एक उत्तेजना के प्रति प्रतिक्रिया करता है और दूसरे क्षण किसी अन्य उत्तेजना के प्रति। इस बीच उसके अन्दर कुछ आन्तरिक शारीरिक परिवर्तन हो जाते हैं और वह परिवर्तन उसके उद्देश्य में होते हैं। उद्देश्य मनुष्य को व्यवहार करने की प्रेरणा देने वाली एक आन्तरिक शारीरिक स्थिति होती है।

मनुष्य की क्रियाएँ तब तक होती रहती हैं जब तक वह तत्सम्बन्धी लक्ष्य (goal) प्राप्त नहीं कर लेता। लक्ष्य-प्राप्ति के बाद तत्सम्बन्धी क्रिया समाप्त हो जाती है। नदी समुद्र में न गिरने तक बहती रहती है। उसका लक्ष्य समुद्र में गिरना होता है। इसी प्रकार मनुष्य की प्रत्येक क्रिया का लक्ष्य होता है और उस लक्ष्य-प्राप्ति के बाद उसकी क्रिया नदी की भाँति ही रुक जाती है। मनुष्य पेट भरने, पीडा से बचने के लिए अनेक प्रकार से कर्म करता है और जब उसके पेट में खाना पहुँच जाता है या वह पीडा से बच

जाता है तो उसके तत्सम्बन्धी कर्म भी रुक जाते हैं। व्यवहार की प्रेरणा मिलने से मनुष्य के अन्दर तनाव (tension) पैदा हो जाता है जिससे मुक्त होने के लिए उसे कुछ न कुछ करना पड़ता है। तनाव पैदा होने का ही दूसरा नाम जीवन है। तनाव प्रायः दुखकर होते हैं किन्तु उनसे मुक्त होने के उपायों की आँखमिचौनी से जीवन में सरसता भी आती है।

कभी कभी अनेक प्रकार के व्यवहारों में एक ही प्रेरक का प्रकाशन होता है। प्रतिष्ठा पाने के लिए कोई पुस्तकें लिखता है, कोई धर्मशाला बनवाता है, कोई देश-सेवा करता है तो कोई घनोपार्जन। इसी प्रकार कभी कभी एक ही प्रकार के व्यवहार के पीछे अनेक प्रेरक होते हैं, जैसे हत्या का कारण क्रोध, डर, आत्मरक्षा, लालच या वासना किसी में हो सकता है। ऐसी स्थिति में वास्तविक उद्देश्य को या तो व्यक्ति के कथन के आधार पर या पूर्ववर्ती और अनुवर्ती व्यवहार को देखकर जाना जा सकता है।

व्यक्ति कोई काम क्यों करता है? उसकी प्रेरणा उसे कहाँ से मिलती है? वह किन शारीरिक स्थितियों पर आधारित होता है? व्यवहार का कारण समझने के लिए इन प्रश्नों का उत्तर जानना आवश्यक है।

मूलप्रवृत्तियों (Instincts)—मकड़गल आदि मनोविज्ञानियों ने व्यवहार का प्रेरक मूलप्रवृत्तियों को मानकर सारे व्यवहार की व्याख्या उन्हीं के आधार पर करने की कोशिश की है। मूलप्रवृत्ति आत्मरक्षा या जातिरक्षा के जैविक (biological) लक्ष्य पर आधारित विभिन्न स्थितियों के प्रति एक साथ ही जटिल कर्म करने की जन्मजात क्षमता को कहते हैं जिसमें शायद रागात्मक अनुभव तो रहता है किन्तु अन्तिम लक्ष्य का स्पष्ट विचार नहीं होता। चिड़ियाँ आत्मरक्षा और जातिरक्षा के जैविक लक्ष्य के लिए घोंसले बनाती हैं। घोंसले बनाने में शायद उन्हें प्रसन्नता का रागात्मक अनुभव होता हो किन्तु उनमें घोंसला बनाने के अन्तिम लक्ष्य का स्पष्ट विचार नहीं होता।

मूलप्रवृत्त्यात्मक व्यवहार की विशेषता यह होती है कि वह जटिल होते हुए भी जन्मजात होता है और उसे सीखना नहीं पड़ता। मूलप्रवृत्त्यात्मक व्यवहार का रूप एक ही जाति के प्राणियों, विशेषकर निम्न प्राणियों में लगभग एक सा और अपरिवर्तनीय होता है। इसका कारण निम्न प्राणियों के परिवेश के सरल और अपेक्षतया कम परिवर्तनीय होने में होता है। चूहों और कुत्तों के व्यवहार में अन्तर अवश्य होता है किन्तु चूहों-चूहों और कुत्तों-कुत्तों के व्यवहार में कोई अन्तर नहीं होता। मनुष्य के व्यवहार में बड़ा अन्तर होता है क्योंकि

प्रत्येक मनुष्य का परिवेश बड़ा ही जटिल और परिवर्तनीय होता है जिससे मनुष्य को सतुलित ढंग से प्रतिक्रियाएँ कर सकने के लिए तरह-तरह की बातें सीखनी पड़ती हैं।

व्यावहार की व्याख्या करने के लिये म्कडूगल ने चौदह विभिन्न मूलप्रवृत्तियों को माना है। मूलप्रवृत्तियों को लेकर मनोविज्ञानियों में बहुत, वाद-विवाद होता रहा है। इतना तो सभी स्वीकार करते हैं कि मूलप्रवृत्तियाँ जन्मजात होती हैं और उन्हें सीखना नहीं पड़ता। किन्तु मूलप्रवृत्तियों के वास्तविक रूप के विषय में कोई एक मत नहीं है। कुछ मनोविज्ञानी जन्मजात जटिल प्रक्षिप्त (reflex) क्रियाओं को ही मूलप्रवृत्ति कहते हैं और कुछ भूख, प्यास आदि जन्मजात शारीरिक आवश्यकताओं को। कुछ विद्वान व्यवहार के किसी व्यापक प्रेरक को मूलप्रवृत्ति कहते हैं और उसकी व्यापकता को उसके जन्मजात होने का प्रमाण मानते हैं। अन्य विद्वान मूलप्रवृत्तियों की सत्ता को बिल्कुल अस्वीकार कर यह कहते हैं कि सारा जटिल व्यवहार अर्जित करने का ही परिणाम होता है। इस मतभेद का मुख्य कारण यह है कि म्कडूगल ने मूलप्रवृत्तियों को सज्ञावाचक कहा है। अगर मूलप्रवृत्ति शब्द का प्रयोग क्रिया की भाँति किया गया होता तो शायद इतने बड़े मतभेद की नीवत ही न आती। मूलप्रवृत्तियों को क्रियावाचक अर्थ में स्वीकार करना अधिक उपयुक्त है।

आजकल बहुमत यह है कि मूलप्रवृत्तियाँ यद्यपि निम्न प्राणियों में पाई जाती हैं किन्तु मनुष्यों में उनका स्वरूप या तो छिप जाता है या वे होती ही नहीं। मनुष्य पूर्ण परिपक्व होने तक परनिर्भर रहता है। परनिर्भर रहने के काल में बच्चे के माँ-बाप उसकी बहुत सी आदतें डाल देते हैं जिससे वाद में स्वनिर्भर होने पर भी उसका व्यवहार उन्हीं आदतों से संचालित होता रहता है। खाने-पीने, उठने-बैठने, बोलने-चालने और रहने-सहने की जो आदतें बचपन में पड़ जाती हैं वे वाद में लगभग वैसी ही बनी रहती हैं। बचपन से ही आदतें पड़ जाने से मनुष्यों में मूलप्रवृत्त्यात्मक व्यवहार का वास्तविक रूप बिल्कुल ही छिप जाता है। म्कडूगल ने भी वाद में इसी दृष्टिकोण का समर्थन अपने इन शब्दों में किया था। “मैं स्वीकार करता हूँ कि सही और व्यापक अर्थ में मूलप्रवृत्त्यात्मक क्रियाएँ निम्न प्राणियों के व्यवहार की ही विशेषताएँ होती हैं। उन्हें उच्च प्राणियों और मनुष्य के व्यवहार पर घटित करने से जो वाद-विवाद उठ खड़ा हुआ है उससे क्रियाओं के निम्न और उच्च रूपों का कोई स्पष्टीकरण नहीं हो पाया है।”

मूलप्रवृत्तियों के व्यवहार की समुचित व्याख्या भी नहीं हो पाती। चिड़ियों के उड़ने की प्रेरक कोई विशेष मूलप्रवृत्ति नहीं होती, उनका उड़ना ही मूल-

प्रवृत्ति है। जन्मजात व्यवहार की व्याख्या के सूत्र 'जन्मतः' प्राप्त ग्राहकीय-प्रभावकीय-न्यूरोनीय प्रबन्ध में रहते हैं और उस प्रबन्ध को आनुवशिकता और प्रारम्भिक विकास के आधार पर समझा जा सकता है। फिर जन्मजात व्यवहार को समझने के लिए मूलप्रवृत्तियों को अलग से मानने से क्या लाभ? दूसरे, विज्ञान में एक नियम होता है जिसे अल्पसूत्रता नियम (Law of Parsimony) कहते हैं। इस नियम के अनुसार व्याख्या करने के सूत्र सरल और कम से कम होने चाहिए। व्यवहार की व्याख्या के लिए चौदह अलग मूलप्रवृत्तियों को मानना अल्पसूत्रता नियम की अवहेलना करना है। व्यवहार की प्रेरणा कुछ जन्मजात शारीरिक एवं अर्जित मनोवैज्ञानिक आवश्यकताओं से मिलती है। इसलिये व्यवहार के प्रेरकों को दो कोटियों में रखा जा सकता है : जन्मजात प्रेरक और अर्जित प्रेरक।

जन्मजात प्रेरक

भूख, प्यास आदि शारीरिक आवश्यकताएँ-जन्य प्रेरणाओं को व्यवहार के जन्मजात प्रेरक कहा जाता है। मुख्य जन्मजात प्रेरक आहार (भूख, प्यास), निद्रा और मैथुन हैं। इनके अतिरिक्त थकना, खेलना, स्वच्छ वायु और अनुकूल तापक्रम में रहना भी जन्मजात प्रेरक होते हैं।

भूख—ससार में ऐसा कौन सा प्राणी है जिसे भूख नहीं लगती? और पेट के लिए लोग क्या क्या नहीं करते? ससार की लड़ाइयों, विशेषकर बीसवीं सदी की लड़ाइयों का अगर कोई आर्थिक पक्ष है तो उसका मुख्य कारण भूख को ही मानना पड़ेगा। भूख का स्रोत पेट में होता है। भूख लगने पर पेट की मासपेशियों में एक विचित्र प्रकार का सङ्घर्षण होने लगता है जिसका अनुभव भूख लगने के रूप में होता है। भूख लगने का कोई ठीक कारण तो मालूम नहीं हो सका है, लेकिन शायद किसी रक्त विकार के कारण पेट की मासपेशियों में सङ्घर्षण होने से हमें भूख लगती हो। पेट के प्रभावकीय न्यूरोनी को काट देने पर भी भूख लगती है। ऐसे प्रयोगों से साबित होता है कि भूख लगने में न्यूरोनीय प्रेरणा का हाथ नहीं होता।

शारीरिक वृद्धि और विकास के लिए सभी प्राणियों को संतुलित आहार की आवश्यकता पड़ती है। प्रत्येक प्राणी न जाने कैसे खाने की उन्हीं चीजों को चुनता है जो उसके संतुलित आहार का अङ्ग होती हैं। बच्चे भी ऐसी ही चीजें पसन्द करते हैं जिनसे उन्हें संतुलित आहार की ठीक मात्रा मिलती है। किन्तु मनुष्य अनेक कारणों से अपने संतुलित आहार को चुन लेने की शक्ति से वंचित भी हो सकता है।

लोग अक्सर वही चीजे खाना पसन्द करते हैं जिनकी गन्ध और स्वाद अच्छा होता है। किन्तु दुर्भिक्ष या सङ्कट के समय खाने को जो कुछ भी मिल जाय वही खा लिया जाता है। मनुष्य कुछ कीड़ो और जानवरो का गोश्त बिलकुल नहीं खाते। उन चीजो के खाने से उन्हें कुछ घृणा-सी होती है जिसकी कोई व्याख्या नहीं की जा सकती। कुछ चीजो को खाने की घृणा पशुओ मे भी होती है। कुत्ता अन्य कुत्ते का कच्चा गोश्त नहीं खाता।

कभी-कभी भूख के न रहने पर भी दृष्टि, गन्ध और स्वाद से खाने की तबियत हो जाती है। मनुष्य को केवल पेट भर लेने-मात्र से ही सन्तोष नहीं मिलता। वह खाने में रस भी लेता है। खाने मे रस लेना उसकी अर्जित आदत होती है। पेट भरने-मात्र की मूलप्रवृत्ति का रूप चाहे जो भी हो किन्तु मनुष्य में स्वादिष्ट भोजन करने की आदत उस रूप को पूरी तरह से ढँक देती है। दूसरो को खाते देखकर भूख न रहने पर भी खाने की तबियत करती है। जिन लोगो की आदत निश्चित समय पर खाने की पड जाती है वे उस समय भूख न लगने पर भी भरपेट खा लेते हैं। खाने पर सहभोज का भी प्रभाव पडता है। सहभोज में ज्यादा भी खा लिया जाता है।

प्यास—प्यास लगने का कारण शायद यह है कि खून में पानी की कमी होने पर लारवाही (salivary) ग्लैंड मुँह और गले में लार का नियमित स्राव नहीं कर पाता जिससे गला सूख जाता है और गला सूखने पर प्यास लगती है। प्यास लगने पर यदि पानी को नली द्वारा सीधा पेट मे ही पहुँचा दिया जाय तो प्यास शान्त होने मे कई मिनट लग जाते हैं। इससे स्पष्ट है कि प्यास को तत्काल बुझाने के लिए गले का पानी से तर होना बहुत जरूरी होता है। प्यास लगने पर वेचैनी-सी मालूम है और प्राणी बेहद सक्रिय हो जाता है। कई दिनो तक पानी न मिलने पर व्यवहार अनियंत्रित बन जाता है जिसके सामा-जिक परिणाम बहुत भयकर हो सकते हैं।

नींद लगना—नींद का हमारे जीवन में बडा महत्व है। नींद में हम कुछ देर के लिए जगत की कठोर वास्तविकता से छुटकारा पा जाते हैं। प्राणी अपने जीवन का एक-तिहाई या लगभग आधा भाग सोने में ही बिता देता है। सोने से स्नायुकोषो की थकान दूर हो जाती है। नींद का कोई उचित कारण अब तक मालूम नहीं हो सका है। नींद के विषय में अनेक मत हैं और नींद की व्याख्या अनेक प्रकार से करने के प्रयत्न किए गए हैं।

नींद की व्याख्या—सोते समय चूँकि मस्तिष्क मे रक्त का दबाव कम हो जाता है इसलिए कुछ विद्वानो ने नींद का कारण रक्त का दबाव कम होने में माना है। किन्तु डन्लप के अनुसार नींद में रक्त का दबाव शरीर भर में

कम हो जाता है इसलिए मस्तिष्क में रक्त के दबाव के कम हो जाने को नींद का कारण नहीं माना जा सकता। इस प्रकार नींद की व्याख्या रक्त के दबाव के कम होने से ही क्या श्वास-गति के धीमे पड़ने या नींद के अन्य सामान्य शारीरिक लक्षणों से भी की जा सकती है।

कैजाल (Cajal) ने चेतनता के प्रकट या अप्रकट होने का कारण न्यूरोग्लिया (neuroglia) कोषों के फैलने और सिकुड़ने में माना था जिसके आधार पर मैथियाडूवल ने नींद की व्याख्या न्यूरोनो की क्रिया में प्रोटोप्लाज्म के आकुचन से की है। प्रोटोप्लाज्म के आकुचन से न्यूरोनीय-सामीप्य (synapse) फैल जाते हैं जिससे (सैद्धान्तिक दृष्टि से) न्यूरोनीय शक्ति का प्रवाह एक न्यूरोन से दूसरे न्यूरोन तक नहीं जा पाता। किंतु इन मान्यताओं का कोई प्रयोगात्मक आधार नहीं मिल पाया है। दूसरे, नींद को अचेतनता की एक विशेष अवस्था भी नहीं कहा जा सकता क्योंकि, जैसा आगे स्पष्ट हो जायगा, नींद लगना एक भावात्मक प्रतिक्रिया होती है।

जान्सन ने नींद की व्याख्या करने के लिए निद्रा-न्यूरोनो (sleep neurones) के एक अलग प्रबन्ध को स्वीकार किया है जिनके सक्रिय होने पर नींद आती है। निद्रा-न्यूरोन अन्य कोर्टेक्सीय न्यूरोनो की क्रियाओं का अवरोध करते हैं। शरीर के अन्दर बनने वाले विषैले पदार्थ निद्रा-न्यूरोनो को सक्रिय करने में उत्तेजक होते हैं। उन विषैले पदार्थों की प्रेरणा अन्य कोर्टेक्सीय प्रेरणाओं को निष्क्रिय बनाकर स्वयं मनस् के निम्न केन्द्रों और मेरुदण्ड में जाती है जिससे नींद में कुछ आन्तरिक शारीरिक परिवर्तन हो जाते हैं। किंतु नींद की व्याख्या के लिए एक अलग न्यूरोनीय प्रबन्ध को मानना असंगत जान पड़ता है। दूसरे, इस प्रकार की मान्यता से नींद सम्बन्धी और अनेक बातों को समझ सकने में कोई सहायता नहीं मिलती।

नींद की व्याख्या रासायनिक (chemical) आधार पर करने का प्रयत्न भी किया गया है। कुछ विद्वानों के अनुसार शरीर के अन्दर मल आदि की उपस्थिति से कुछ विषैले पदार्थ बनते हैं जिनके कारण मस्तिष्क के केन्द्र निष्क्रिय बन जाते हैं। यह मान्यता ठीक नहीं लगती क्योंकि अत्यधिक थकने पर भी शरीर में विषैले पदार्थ बनते हैं लेकिन ज्यादा थक जाने पर कभी-कभी नींद विल्कुल नहीं आती। दूसरे, कुछ लोग रात भर सो लेने के बाद भी दिन में सात-आठ घंटे और सो सकते हैं जबकि रात भर सो लेने के बाद उनके शरीर के अन्दर विषैले पदार्थों की उपस्थिति नहीं रह जानी चाहिए।

नींद की व्याख्या मनोवैज्ञानिक दृष्टिकोण से करने वाले विद्वान नींद का कारण परिधीय उत्तेजनाओं के अभाव को मानते हैं। लेकिन यह देखा गया है

कि बहुत से लोग काफी शोरगुल होने पर भी अच्छी तरह सो लेते हैं। आप ही न जाने कितनी बार रेलगाड़ी में बेखबर सोये होंगे। कभी स्टेशन तो नहीं छूट गया था ? नींद का कारण केन्द्रीय प्रवन्ध के काम न करने को मानना नींद की व्याख्या न कर केवल उसका वर्णन करना ही है। दूसरे, नींद में केन्द्रीय प्रवन्ध का निष्क्रिय हो जाना मान लेना भी ठीक नहीं है। हम जानते हैं कि बहुत से लोग नींद में चलते और बातचीत भी करते हैं और स्वप्न देखने जैसी जटिल क्रियाएँ नींद में ही होती हैं।

कुछ विद्वानों के अनुसार नींद मूलप्रवृत्त्यात्मक (instinctive) होती है। नींद को मूलप्रवृत्त्यात्मक मानने का अर्थ उसे एक भावात्मक क्रिया के रूप में स्वीकार करना है। नींद का उद्देश्य मनुष्य की अन्य अधिकांश सचेष्ट क्रियाओं को रोकना होता है। अनेक प्रयोगों के आधार पर सिडिस ने यह निष्कर्ष निकाला है कि नींद प्राणी की विश्राम करने की आदि-प्रवृत्ति का ही विकसित रूप है। यह तो मालूम नहीं हो सका है कि शिशुओं को सोने की प्रेरणा किन उत्तेजनाओं से मिलती है। शायद उसके पीछे रासायनिक या अन्य कारण ही होते हों। लेकिन यह स्वीकार किया जा सकता है कि नींद व्यक्ति के परिवेश के निश्चित प्रसंग की आवश्यकता के अनुसार विकसित एक जन्म-जात प्रवृत्ति की अभिव्यक्ति होती है। नींद के लिए कुछ मनोवैज्ञानिक बातों की अपेक्षा होती है। कुछ लोग अपने ही घर में अपने ही विस्तर पर अच्छी तरह सो सकते हैं। पशु भी सोने के पहले सोने की जगह को सूँघकर और एक विशेष ढंग से लेट कर सोने की तैयारी करते हैं। मनुष्य भी सोने से पहले तैयारी करता है। सोने से पहले की जाने वाली तैयारी यह संकेत करती है कि नींद अवश्य ही एक निश्चित भावात्मक प्रवृत्ति के प्रति की गई प्रतिक्रिया होती है।

सोता हुआ व्यक्ति बाह्य जगत की उत्तेजनाओं के प्रति कोई प्रतिक्रिया नहीं करता। सोते समय व्यक्ति की चेतनता का द्वार (threshold) बंद जाता है जिससे वह बाह्य उत्तेजनाओं के प्रति चेतन न रह कर कोई प्रतिक्रिया नहीं कर पाता। किंतु सोते समय चेतनता का द्वार सभी उत्तेजनाओं के लिए नहीं बंद होता। अगर सोते हुए व्यक्ति के पास ही उसका बीमार बच्चा सो रहा हो तो उसकी जरा सी भी कराहने की आवाज से व्यक्ति फौरन जाग जायगा जबकि उसको जगाने के लिए सड़क से आने वाला कहीं ज्यादा तेज शोरगुल भी बेकार साबित होता है। इससे स्पष्ट है कि कुछ निश्चित दशाओं में व्यक्ति सोते समय भी जाग्रतावस्था की ही तरह व्यक्तिगत सार्थकता रखने वाली उत्तेजनाओं के प्रति सक्रिय रहता है यानी उसकी प्रतिक्रिया का विन्यास किसी

निश्चित उत्तेजना के प्रति हो सकता है। इस 'एक आँख खुली रखकर सोने' के पीछे क्या रहस्य होता है ? इसका ठीक-ठीक पता नहीं चला है। हो सकता है कि नींद में उपचेतन मन सजग रहता हो और वह निरर्थक उत्तेजनाओं को एक ओर हटाकर सार्थक उत्तेजनाओं को चेतन-स्तर तक पहुँच जाने देता हो और इस प्रकार व्यक्ति को जगाने में सहायक बनता हो।

मनोवैज्ञानिक दृष्टि से नींद के जरा पहले की अवस्था यानी अर्द्ध-निद्रावस्था का बहुत महत्व होता है। उन्लप के अनुसार सोने से पहले सब से महत्वपूर्ण परिवर्तन अवधान (attention) की दिशा में होता है। नींद आने से पहले अवधान की चंचलता बढ़ जाती है और चेतनता का क्षेत्र सीमित होने लगता है जिससे कोई कठिन काम नहीं किया जा सकता। हाँ, जिन कामों को करने की आदत पड़ चुकी होती है उन्हें नींद आते-आते तक भी बिना किसी कठिनाई के किया जा सकता है।

नींद आने के पहले की दूसरी विशेषता नींद लगने पर वर्तमान और भविष्य में रुचि न लेना होती है। नींद लगने पर व्यक्ति को सोने के अतिरिक्त और कुछ नहीं सुहाता। लेकिन इससे यह नहीं समझ लेना चाहिए कि नींद व्यक्ति की रुचि और ऐच्छिक क्रियाओं पर हावी हो जाती है। सोने के लिए तैयार व्यक्ति की रुचि अगर जाग्रत हो जाय तो नींद का अवरोध हो जाता है। इस प्रकार नींद और रुचि, इच्छा और संचारी भावों (emotions) में पारस्परिक प्रतियोगी सम्बन्ध होता है। एक के रहने पर दूसरे का अवरोध या अभाव हो जाता है।

नींद लगने पर केवल बाह्य उत्तेजनाओं में अरुचि ही नहीं होती किन्तु सोने की तबियत भी करती है और नींद में विघ्न डालने वाली बातों से बचने की चेष्टा की जाती है। इससे स्पष्ट है कि नींद एक भावात्मक प्रतिक्रिया होती है। शारीरिक दृष्टि से नींद आने पर पलकें भारी होकर झपने लगती हैं, शारीरिक अवयव ढीले पड़ जाते हैं और सारी सायास (voluntary) मांसपेशियाँ आत हो जाती हैं। साँस लेने की क्रिया और हृदय की गति धीमी पड़ जाती है और शरीर के अन्दर का तापक्रम कुछ बढ़ जाता है। प्रयोगों द्वारा यह देखा गया है कि नींद में खून मनस् से उतर जाता है जिससे मनस् कुछ पीला-सा पड़कर सकुचित हो जाता है। नींद लगने पर शारीरिक क्रियाओं में ठीक से संगठन नहीं हो पाता। उनीदा व्यक्ति अगर चलने-फिरने की कोशिश करे तो लड़खड़ाने लगता है और कुशलता-अपेक्षित कार्यों को नहीं कर पाता। इस प्रकार भौतिक दृष्टिकोण से यह कहा जा सकता है कि नींद में सामान्य

रूप से कार्यात्मक विघटन (functional dissociation) हो जाता है। नींद में कार्यात्मक विघटन का होना मनोवैज्ञानिक दृष्टि से बहुत महत्वपूर्ण है।

नींद की गहराई जानने के लिए अनेक प्रयोग किए जा चुके हैं। उनसे यह पता चला है कि सोने के दूसरे घंटे में नींद बहुत गहरी होती है और बाद में उसकी गहराई कम होती चली जाती है। यह भी पता चला है कि सोने के पाँचवें या छठे घंटे में भी नींद ज्यादा गहरी होती है। किन्तु इन प्रयोगों के आधार पर नींद की गहराई के विषय में कोई सामान्यीकृत बात नहीं कही जा सकती। नींद पर मानसिक विन्यास (mental set) और सोने के पहले की मानसिक अवस्था का बड़ा भारी प्रभाव पड़ता है। बहुत से लोग अपने दृढ़ निश्चय से रात के किसी भी समय जाग जाते हैं। प्रयोगों से पता चला है कि रात के किसी निश्चित समय पर अपने आप जाग सकने के निश्चय से नींद में बाधा पड़ती है और वही लोग जाग पाते हैं जिनको अपने जाग सकने की क्षमता पर पूरा विश्वास होता है।

नींद सम्बन्धी कुछ अप्रकृत बातें—यह देखा जा चुका है कि नींद सामान्य विघटन की एक अवस्था होती है और इसीलिए कुछ विशेष प्रकार का अप्रकृत व्यवहार नींद के माध्यम से प्रकट होता है जैसे सोंते में चलना या बातचीत करना। नींद के माध्यम से प्रकट होने वाले अप्रकृत व्यवहार का वर्णन यथास्थान किया जायगा।

मैथुन—जातिरक्षा के लिए मैथुन की आवश्यकता पड़ती है। सामाजिक नियंत्रण के कारण मनुष्य की मैथुन प्रवृत्ति का रूप अन्य प्राणियों की अपेक्षा इतना जटिल हो गया है कि समझने के लिए उसका विश्लेषण बड़ी मुश्किल से ही किया जा सकता है। मैथुन की प्रेरणा गोनड (gonads) नामक ग्लैंडों के हार्मोन के स्राव से मिलती है। वह हार्मोन रक्त में मिलकर मनस् तर्क पहुँचता है और मनुष्य को मैथुन की तैयारी की मनोवृत्ति बनाने में सहायता देता है। निम्न प्राणियों की मैथुन-प्रवृत्ति किसी विशेष मौसम में ही जाग्रत होती है किन्तु मानवी मैथुन-प्रवृत्ति काल निर्धारित नहीं होती।

मनुष्य में मैथुन प्रवृत्ति के प्रकाशन की गौण उत्तेजनाएँ, जैसे स्तनो और नितम्बों से खेलना, आलिंगन करना, चूमना, कामस्थलों को सहलाना आदि सीखने का परिणाम होती हैं। मैथुन-प्रवृत्ति में वैयक्तिक भेद भी होते हैं जिनका कारण ग्लैंडीय क्रियाओं के अतिरिक्त पारिवारिक, सामाजिक और नैतिक शिक्षा में भी होता है। मैथुन प्रवृत्ति एक सम्माननीय सामाजिक प्रवृत्ति है। उसे पापमय या गन्दा कहना या उसके रहस्यों को गुप्त रखना व्यक्ति को गलत शिक्षा देकर

पथ-भ्रष्ट करना है। मैथुन प्रवृत्ति बचपन से ही विकसित होने लगती है। प्रारम्भ से ही उसका मार्गान्तरिकरण ठीक दिशाओं में न होने से मैथुन प्रवृत्ति समाज-घातक और अस्वाभाविक बन जाती है और व्यक्ति के आचरण को दूषित कर देती है।

अप्रकृत मैथुन-मनोवृत्ति—मैथुनेच्छा की प्रकृत (normal) जागृति के लिए स्त्री-सामीप्य की अपेक्षा होती है। किन्तु प्रारम्भिक अवस्था में मैथुन प्रवृत्ति का उचित मार्गान्तरिकरण न हो सकने से मैथुनेच्छा की जागृति अप्रकृत (abnormal) रूपों में भी होने लगती है। अप्रकृत मैथुनेच्छा के लिए स्त्री-सामीप्य आवश्यक नहीं होता। दूसरे, व्यक्ति को अतिशय मानसिक या शारीरिक पीड़ा देने या स्वयं पीड़ित होने में मैथुनेच्छा तृप्ति का अनुभव करना एक अप्रकृत मैथुन प्रवृत्ति है। दूसरों को पीड़ित करने में मैथुन तृप्ति पाने को सादिज्म (sadism) और स्वयं पीड़ित होकर तृप्ति पाने को मैसोकिज्म (masochism) कहा जाता है। कुछ लोगों की मैथुनेच्छा किसी वस्तु विशेष को देखकर या छूकर ही जाग्रत होती है और उन्हें स्त्री-सामीप्य की जरूरत नहीं रहती। इस मनोवृत्ति को फेटिशिज्म (fetishism) कहा जाता है। स्त्री की चोली, साड़ी या उसके द्वारा इस्तेमाल की जाने वाली किसी अन्य वस्तु से मैथुनात्मक राग रखना और उसी के द्वारा कामोद्दीपन और उसकी तृप्ति कर लेना फेटिशिज्म के उदाहरण हैं। कुछ लोग अपनी मैथुनेच्छा की तृप्ति दूसरों, विशेषकर स्त्रियों, के सामने नग्न-प्रदर्शन करके ही कर लेते हैं। अपने शिश्न आदि शारीरिक अंगों को दूसरों को दिखाकर तृप्ति पाने को मनोवृत्ति को नग्न-प्रदर्शन-वृत्ति (exhibitionism) कहा जाता है। इसी प्रकार हस्तमैथुन (masturbation), सजातीय व्यभिचार (sodomy) और वेश्यागमन भी कुछ अप्रकृत मैथुन मनोवृत्तियाँ हैं। इन अप्रकृत मैथुन प्रवृत्तियों को सेक्सुअल कुदृशान्तरण (sexual perversions) कहा जाता है और उनके विकसित होने के निश्चित मनोवैज्ञानिक कारण होते हैं।

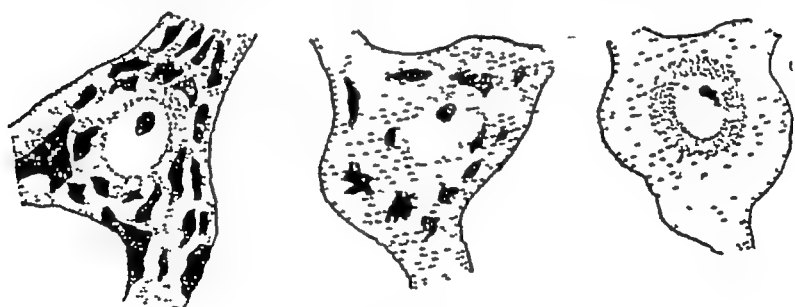
मातृ-प्रवृत्ति—मातृ-प्रवृत्ति-जन्य व्यवहार का कारण पिचुइचरी ग्लैंड के प्रोलैक्टिन (prolactin) नामक हार्मोन के स्राव में पाया गया है। प्रयोगों में क्वार्री स्त्री को प्रोलैक्टिन का इंजेक्शन लगा कर यह देखा गया है कि उसका व्यवहार मातृ-भावनापूर्ण हो जाता है। निम्न प्राणियों के विपरीत स्त्री में मातृ-प्रवृत्ति के अन्य कारण भी होते हैं। बच्चा दुर्बल होता है जिससे स्त्री की श्रेष्ठता की भावना सन्तुष्ट होती है। गोद भरने पर स्त्री की आत्मगौरव की भावना भी सन्तुष्ट होती है। इन्हीं कारणों से स्त्री में

निम्न प्राणियों की अपेक्षा मातृ-प्रवृत्ति का रूप प्रोलैक्टिन द्वारा प्रस्तुत प्रभाव का अतिक्रमण कर बहुत जटिल बन जाता है।

थकना—शारीरिक तथा मानसिक क्रियाओं के होने पर शरीर की संचित शक्ति घटती है। जब शक्ति की आय उसके व्यय के अनुपात से नहीं होती तब शरीर थकने लगता है। थकान अधिकतर स्थानीय होती है। ज्यादा देर तक लिखने से हाथ थक जाते हैं। स्थानीय थकान को दूर करने का अच्छा उपाय यही है कि कुछ देर काम बन्द करके स्थानीय अंग को आराम दे दिया जाय।

काम करने के लिए मासपेशीय शक्ति की जरूरत होती है जो खाद्य पदार्थों से मिलने वाली शक्कर और माँड से बनती है। शक्कर और माँड के जलने से शरीर के भीतर कार्बन-डाइ-ऑक्साइड (carbon-di-oxide) और लैक्टिक एसिड (lactic acid) नाम के दो पदार्थ बनते हैं। थकान इन्हीं दोनों पदार्थों से पैदा होती है। अधिक काम करने से ये दोनों पदार्थ इतनी जल्दी बनते हैं कि शरीर उन्हें फेंफड़ों से या पसीने आदि द्वारा जल्दी बाहर नहीं निकाल पाता और शरीर के अन्दर उनकी उपस्थिति थकान पैदा कर देती है।

थक जाने के बाद भी काम करते रहने से शारीरिक शक्ति का अपव्यय होने लगता है और शरीर ठीक तरह से काम नहीं कर पाता। हल्की थकान में न्यूरोनीय प्रेरणाओं का न्यूरोनीय-सामीप्यो पर अवरोध होने लगता है किन्तु चूर कर डालने वाली थकान का असर पूरे शरीर पर पड़ता है। चूर कर देने वाली थकान में स्नायुकोष सकुचित हो जाते हैं, हृदय फैल जाता है हृद्गति बढ जाती है और अनियमित भी हो सकती है। अधिक थक जाने पर साँस



चित्र ४८

उखडने लगती है और पाचन-क्रिया गडबड हो जाती है जिससे प्राणी की कार्य-कुशलता घट जाती है। थकान से मानसिक कोषों के ग्रैन्यूलस की सख्या कम हो जाती है और थकान से चूर होने की अवस्था में तो वे बिल्कुल अदृश्य हो जाते हैं (चित्र ४८)।

थकान को रोकने के लिए शरीर के अन्दर प्रबन्ध होता है। दोनों गुदों (kidneys) के पास दो ग्लैंड होते हैं जो ऐड्रीनैलीन नामक पदार्थ का स्राव करते हैं। ऐड्रीनैलीन (adrenalin) की उपस्थिति थकान को शरीर भर में जल्द फैलने से रोकती है।

हर काम से समान थकान नहीं होती। जिस काम में रुचि होती है उसे करने से थकान जल्द नहीं आती। हम केवल काम करने के बाद ही नहीं थकते, नीरस काम करने में पहले से ही कुछ थक-से जाते हैं। शारीरिक शक्ति का प्रवाह दस-ग्यारह और दो-तीन बजे के बीच अधिक होता है इसलिए यदि काम करने की गति को नियमित कर लिया जाय तो थकान कम हो सकती है। शोर-गुल आदि अनावश्यक बाधाएँ भी थकान जल्द लाती हैं। थोड़ी थकान मालूम होने पर यदि गर्म पानी पी लिया जाय तो वह थकान लाने वाले पदार्थों के प्रभाव को कम कर देता है। थकान का सबसे बड़ा कारण गन्दे दाँत होते हैं और उन्हें साफ न रखना मौत को असमय बुलाना है। थकान का असर कार्य-कुशलता के अतिरिक्त स्वास्थ्य पर भी पड़ता है। जिस समाज का परिवेश स्वच्छ और शांत नहीं होता वह समाज कार्यकुशल और स्वस्थ नहीं हो सकता और उसका जीवन-दृष्टिकोण भी थका हुआ-सा बन जाता है।

इस प्रसंग में मनस् पर मादक पदार्थों का प्रभाव जानना रुचिकर होगा। यह समझा जाता है कि मादक पदार्थ मानसिक क्रिया को उद्दीप्त कर कुशलता बढ़ाते हैं। किन्तु प्रयोगों से सिद्ध हो चुका है कि मादक पदार्थों का मानसिक कुशलता पर बुरा प्रभाव पड़ता है। चिंता और डर से उत्पन्न अनेक बाधाओं के कारण मानसिक क्रिया कभी-कभी ठीक तरह से नहीं हो पाती। ऐसे समय मादक पदार्थों के थोड़े से सेवन से बाधाएँ दूर हो जाती हैं जिससे मनस् सुचारु ढंग से काम करने लगता है। मादक पदार्थों का इससे अधिक और कोई महत्व नहीं होता।

खेलना—प्राणियों की एक जन्मजात प्रवृत्ति खेलना भी होती है। खेलने की व्याख्या सम्बन्धी बहुत से मत हैं। हर्बर्ट स्पेंसर का यह मत है कि प्राणी को जो शक्ति मिली है उसका काफी अंश आहार की खोज और आत्मरक्षा के लिये परिवेश से संघर्ष करने में खर्च हो जाता है। किन्तु इसके बाद भी कुछ शक्ति बच जाती है। वह बची हुई शक्ति किसी काम में नहीं आती और उसके निकास के लिये खेलने की जरूरत पड़ती है। इसमें कोई शक नहीं कि जीवन-संग्राम में अधिक व्यस्त रहने वाला आदमी खेल से बहुत दूर रहना

है। इस मत के विरोध में एक यही आपत्ति है कि कभी-कभी लोग थक जाने पर खेलना चाहते हैं। किन्तु थक जाने के बाद शक्ति की बचत को मानना कम युक्ति-सगत मालूम होता है। थक जाने के बाद जब शक्ति बचती ही नहीं तो फिर खेल द्वारा किस बची शक्ति का निकास हो सकता है ?

एक दूसरे मत के अनुसार खेलने से बची शक्ति का व्यय न होकर खोई शक्ति की पुनर्प्राप्ति होती है। खेलने द्वारा मनोरजन से हमारे अवयव फिर से शक्ति का अर्जन करने योग्य बन जाते हैं। किन्तु यह मत भी कमजोर है। छोटे बच्चे जिन्हे खेलने के अलावा और कोई काम ही नहीं रहता किसलिये खेला करते हैं ? जब उनमें शक्ति का ह्रास ही नहीं होता तो उसकी पुनर्प्राप्ति कैसी !

स्टैनली हाल का मत यह है कि खेल द्वारा हम मानव-जाति के विकास की पूर्व अवस्थाओं की पुनरावृत्ति करते हैं। आदिम काल में मानवों का मन विकास की दृष्टि से आजकल के बच्चों के समान था। उनका सामान्य जीवन आखेट करके पेट भरना और वनों, गुफाओं या पेड़ों पर रहना था। बच्चा जन्मतः अपने पूर्वजों के सारे संस्कार लेकर आता है। वे संस्कार ही खेलने के प्रेरक होते हैं। शिकार, युद्ध, पेड़ पर चढ़ने आदि में बच्चों को अपार सुख मिलता है। जब उसकी बुद्धि विकसित हो जाती है और वह मानव-इतिहास की आदिम अवस्था की आवृत्ति खेलों द्वारा कर चुकता है तो उसका खेलना अपने आप कम हो जाता है। यह मत काफी युक्ति-सगत है किन्तु इससे उन खेलों की व्याख्या करने में कठिनाई होती है जो मानव इतिहास की पुनरावृत्ति सम्बन्धी नहीं होते।

कार्लग्रूस ने खेलने की व्याख्या एक और ही ढंग से की है। उसके अनुसार खेल प्राकृतिक पाठशाला है जिसमें प्राणी अपने भावी जीवन के लिये 'उपयोगी' आचरण की शिक्षा लेता है। खेलने के द्वारा बच्चा अपने भविष्य जीवन की तैयारी करता है और उसे जो काम प्रौढ़-जीवन में करने होते हैं खेलों में वह उनका पूर्व अभिनय करता है। लड़कियों का गुड़ियाँ खेलना उपर्युक्त मत का स्पष्ट प्रमाण है। कार्लग्रूस के अनुसार जो प्राणी जितना ही असहाय पैदा होता है उसका बाल्यकाल उतना ही लम्बा होता है क्योंकि उसे अपने जीवन-संग्राम के लिये उतनी ही अधिक तैयारी करनी पड़ती है। मानव-शिशु अन्य प्राणियों की अपेक्षा अधिक निस्सहाय होता है। उसकी शक्तियों के विकास के लिये काफी लम्बे समय की आवश्यकता पड़ती है। अतएव उसका बचपन लम्बा होता है। चूँकि उसे जीवन-संग्राम के लिये अधिक तैयारी करनी पड़ती है इसलिये उसका अभिनय करने के लिये उसे

अधिक खेलना पड़ता है। “वह बालक होने के कारण अधिक नहीं खेलता किन्तु अधिक खेलने के कारण ही वह लम्बे समय तक बालक बना रहता है।” उसे लम्बा बचपन खेलने के लिये ही दिया जाता है।

एक अन्य मत के अनुसार खेल का उद्देश्य रेचक (cathartic) होना होता है। मनुष्य की अनेक प्रवृत्तियों का समुचित रूप से प्रकाशन नहीं होता। वे अर्ध-प्रकाशित या अप्रकाशित प्रवृत्तियाँ उसे उद्विग्न और व्यथित किया करती हैं। खेल उनके प्रकाशन का एक बहाना होता है। खेलने से अप्रकाशित प्रवृत्तियों को निकलने का मार्ग मिलता है जिससे मन हलका हो जाता है और हमें आनन्द मिलता है। खेल का मन पर वही प्रभाव पड़ता है जो एक रेचक औषधि का शरीर पर।

खेल की समुचित व्याख्या उपर्युक्त किसी एक मत के आधार पर नहीं की जा सकती। हाँ, उनके समन्वित रूप से खेलों की व्याख्या अच्छी तरह की जा सकती है। इन मतों को विरोधी न समझ कर एक दूसरे के पूरक समझना चाहिये। खेलने का प्रधान उद्देश्य हमारा मनोरंजन करना होता है। खेल किसी चीज का साधन न होकर स्वयं एक साध्य है। खेल परिणाम के लिये नहीं खेला जाता, खेल खेल के लिए ही खेला जाता है। खेल एक स्वतन्त्र क्रिया है, वह हमारे मन की चाह है। वह किसी परिस्थिति से नियन्त्रित नहीं होती। अन्त्य क्रियाएँ किसी उद्देश्य की पूर्ति के लिये की जाती हैं किन्तु खेल के पीछे कोई उद्देश्यपूर्ण नहीं होती। खेल का उद्देश्य खेलना ही होता है।

उत्सुकता—अपने परिवेश के प्रति उत्सुकता रखना मनुष्य की जन्मतः प्राप्त प्रवृत्ति होती है जिसका कोई शारीरिक आधार नहीं मालूम हो पाया है। हो सकता है कि उत्सुकता का आधार हमारे न्यूरोनीय प्रबन्ध की ही किसी विशेषता में होता हो। उत्सुकता से प्राणी को खोज करने और नई नई बातों को जानने की प्रेरणा मिलती है। मानव-शिशु तो उत्सुकता की एक गठरी ही होता है। वह हर चीज को छूना और देखना चाहता है। बच्चे उत्सुकता-वश हजारों तरह के सवाल पूछते हैं और उनकी जिज्ञासा किसी न किसी तरह का जवाब मिलने पर सन्तुष्ट होती है। जिन बच्चों की उत्सुकता माँ बाप और शिक्षकों की मूर्खता से दब नहीं जाती वे अच्छे आविष्कारक बन सकते हैं। उत्सुकता का जैविक महत्व स्पष्ट है। उत्सुक होने से प्राणी अपने परिवेश के सुखकर और दुःखकर पक्षों से अच्छी तरह परिचित हो लेता है और इस प्रकार उसे सतुलित प्रतिक्रिया करने में कुछ न कुछ सहायता अवश्य मिलती है।

अर्जित प्रेरक

आहार, निद्रा, मैथुन आदि व्यवहार के जन्मजात प्रेरक होते हैं। प्राणी

उन्हें लेकर पैदा होता है। किन्तु उनके अतिरिक्त व्यवहार के कुछ प्रेरक ऐसे भी होते हैं जिन्हें अर्जित किया जाता है और जो जन्मजात न होकर व्यक्ति के जीवन के इतिहास पर निर्भर होते हैं। इस तथ्य से इन्कार नहीं किया जा सकता कि प्रत्यक्ष या परोक्ष रूप से व्यवहार के सभी प्रेरक प्राणी की जन्मजात आवश्यकताओं पर आधारित होते हैं। भूखे-प्यासे आदमी को कुछ नहीं सुहाता। लेकिन इससे यह भी प्रमाणित नहीं होता कि अन्य सब प्रेरक जन्मजात या शारीरिक आवश्यकताओं पर ही निर्भर होते हैं। नौकरी करना या घर की आवश्यकता का अनुभव अवश्य ही जन्मजात प्रेरकों पर निर्भर है किन्तु रेडियो रखना, अच्छे अच्छे कपड़े पहनना या पढ़ना लिखना निस्सन्देह जन्मजात प्रेरकों पर आधारित नहीं है। हमारे बहुत से अर्जित प्रेरकों की पृष्ठभूमि सामाजिक होती है। कुछ समाज-सापेक्ष प्रेरक मनुष्य जाति में व्यापक रूप से पाए जाते हैं। शेष ऐसे हैं जो किसी सस्कृति या जाति-विशेष के अन्दर ही मिलते हैं, अन्य सस्कृतियों या जातियों में नहीं मिलते। नीचे समाज सापेक्ष और सामान्य कुछ मुख्य अर्जित प्रेरकों पर विचार किया जायगा।

सामूहिकता (gregariousness)—प्रत्येक मनुष्य बचपन में अपने पालन-पोषण, वृद्धि और विकास के लिए दूसरों पर दीर्घकाल तक निर्भर रहता है। इससे उसके अन्दर दूसरों का साथ चाहने की प्रवृत्ति पनप जाती है। अगर उसे दूसरों से न मिलने दिया जाय और बिल्कुल अकेले में रखा जाय तो वह विकृष्ट हो जाता है। दूसरों का साथ चाहना सामूहिकता (gregariousness) का प्रेरक होता है। सामूहिकता की प्रवृत्ति मनुष्यों में इतनी होती है कि कुछ विद्वान उसे जन्मजात ही मानते हैं। हमारी बहुत सी शारीरिक आवश्यकताओं की तृप्ति दूसरों के साथ रहने से होती है। बचपन में हम उनकी तृप्ति के लिए माँ बाप पर आश्रित रहते हैं। बाद में हमारा सामूहिक और सामाजिक सम्पर्क विस्तृत बन जाता है और हमें अनेक आवश्यकताओं को पूरा करने के लिए दूसरों की सहायता लेनी पड़ती है। सामूहिकता की प्रवृत्ति समाज में रहकर अर्जित की जाती है। हम सभी को बचपन में असहाय और पराश्रित अवस्था से गुजरना पड़ता है इसलिए दूसरों का साथ चाहने को जन्मजात कहना ठीक नहीं है।

अनुकरण—सामूहिकता के अतिरिक्त अनुकरण करना भी मानव-जाति की एक व्यापक सामाजिक प्रवृत्ति होती है। बच्चा असहाय और पराश्रित होता है। वह अपनी शारीरिक आवश्यकताओं की तृप्ति उसी तरह करता है जिस तरह औरों को करते देखता है। दूसरों के कार्यों को देखकर अपने कार्यों द्वारा उनकी नकल करने को अनुकरण कहते हैं। अनुकरण द्वारा अन्य लोगो

की क्रियाओं को अपनाया जाता है। दूसरो का अनुकरण इसलिए किया जाता है क्योंकि हम व्यवहार करने के अन्य तरीको को नहीं जानते। खाना, पीना, बोलना, पढ़ना, लिखना, रहन-सहन के तरीको आदि हजारो बातों को समाज-सापेक्ष ढंग से अनुकरण द्वारा ही अर्जित किया जाता है।

अनुकरण के रूप—क्रियात्मक अनुकरण के अतिरिक्त अनुकरण के दो और रूप होते हैं। ज्ञानात्मक और रागात्मक। ज्ञानात्मक अनुकरण को निर्देशन (suggestion) कहा जाता है। दूसरो के विचारों को बिना सोचे-समझे, बिना तर्क की कसौटी पर कसे, आँख बन्द करके मान लेना निर्देशन है। अनेक धार्मिक कृत्यों, सामाजिक प्रथाओं और नैतिकता के नियमों को निर्देशन द्वारा ग्रहण कर लिया जाता है। अधिकांश व्यक्ति तो अपना जीवन दृष्टि को भी निर्देशन द्वारा उधार ले बैठते हैं। अप्रकृत व्यवहार के कारणों का पता लगाने में निर्देशन से बड़ी सहायता मिलती है। निर्देशन पर किसी अन्य अध्याय में विस्तृत प्रकाश डाला जायगा।

रागात्मक अनुकरण को सहानुभूति कहा जाता है। हम अक्सर दूसरो के दुख को देख कर दुखी हो जाते हैं। दूसरे की अनुभूति से हमारे मन में उसी के समान रागात्मक अनुभूति उत्पन्न होने को सहानुभूति नाम दिया जाता है। सहानुभूति का बड़ा सामाजिक महत्व होता है। सहानुभूति द्वारा ही हम हिंसक के प्रति घृणा, बच्चों के प्रति स्नेह और निर्बलों के प्रति दया आदि सामाजिक रागों का अनुभव करते हैं।

आत्मनिवेदन (submission)—बचपन की असहाय और पराश्रित अवस्था से हमारे मन में अपने से बड़े लोगों और शक्तियों के प्रति आत्मनिवेदन की प्रवृत्ति पैदा होती है। जब हम किसी काम को नहीं कर पाते तो अपने से अधिक शक्तिशाली परिस्थिति या शक्ति के सामने आत्मनिवेदन कर देते हैं। इसी प्रकार सकट के समय जब मनुष्य चारों ओर से निरुपाय हो जाता है तो वह ईश्वर के प्रति आत्मनिवेदन करता है। यह ठीक है कि बचपन में अपने पिता के प्रति आत्मनिवेदन की प्रवृत्ति बाद में एक परमपिता या जगतपिता पर प्रक्षेपित हो जाती है।

आत्मानुमोदन (self-assertion)—दूसरो से अपनी बातों और इच्छाओं का समर्थन कराने और कुछ विशेष क्षेत्रों में दूसरो से बाजी मार ले जाने को आत्मानुमोदन प्रवृत्ति कहा जाता है। प्रतियोगिता के इस युग में हमारे समाज में इस प्रवृत्ति की जड़े बहुत गहरी हो गई हैं। आत्मानुमोदन या स्वामित्व-प्रदर्शन की प्रवृत्ति को हमारी शिक्षा में बहुत प्रोत्साहन दिया जाता

है। आधुनिक प्रतियोगिताओं के हर रूप के पीछे यही प्रवृत्ति मौजूद है। किन्तु कुछ समाज या जातियों में आत्मानुमोदन या स्वामित्व प्रदर्शन की प्रवृत्ति बिलकुल नहीं मिलती। न्यूगिनी की अरापेश आदि जातियों में यह प्रवृत्ति बिलकुल ही नहीं पायी जाती। इससे स्पष्ट है कि यह प्रवृत्ति विभिन्न समाजों और जातियों में न्यूनाधिक रूप से परिवर्तित होती रहती है।

युयुत्सा (aggressiveness)—बहुत से समाजों में युयुत्सा प्रवृत्ति पाई जाती है लेकिन कुछ समाजों में बिलकुल नहीं पाई जाती। युयुत्सा प्रवृत्ति किसी जन्मजात या अर्जित आवश्यकता की तृप्ति में विघ्न पड़ने से जाग्रत होती है और विभिन्न सामाजिक आदर्शों के अनुसार उसे या तो दबा देना पड़ता है या उन्मुक्त रक्खा जाता है। न्यू गिनी के अरापेश लोग शान्तिप्रिय होते हैं और वे युयुत्सा या क्रोधप्रदर्शन को प्रोत्साहन नहीं देते। एक समय था जब युयुत्सा-प्रवृत्ति को सार्वभौम और जन्मजात समझा जाता था। उसके जन्मजात होने का समर्थन युद्धों की अनिवार्यता के आधार पर किया जाता था। किन्तु आज इस नतीजे पर पहुँचा जा चुका है कि मनुष्य स्वभावतः न तो युयुत्स होता है और न शान्तिप्रिय। अगर उसकी शारीरिक और मनोवैज्ञानिक आवश्यकताएँ बिना किसी विघ्न-बाधा के पूरी होती रहें तो उसका व्यवहार शान्त बना रहेगा। यदि आवश्यकताओं की पूर्ति में बाधा पड़ेगी तो वह बाधक व्यक्ति या स्थिति के प्रति युयुत्स बन जायगा। हममें से प्रत्येक व्यक्ति ऐसी स्थिति में होता है जहाँ तरह तरह के सामाजिक प्रभावों से बच सकना असंभव होता है। वे प्रभाव हमारी आवश्यकताओं के निर्विघ्न पूरा होने या न होने पर भी हमें युयुत्स या शान्तिप्रिय बना देते हैं।

व्यवहार के प्रेरकों में व्यक्तिगत भेद भी होते हैं। युयुत्सा, आत्मानुमोदन, सामूहिकता, आत्मनिवेदन आदि प्रवृत्तियाँ सब लोगों में समान नहीं होती। दूसरे, व्यक्ति व्यक्ति में उनके प्रकाशन का ढंग भी अलग-अलग होता है। व्यक्ति के जीवन-लक्ष्य के साथ उसके व्यवहार के प्रेरकों का रूप परिवर्तित होता रहता है। कोई अध्यापक, कोई डाक्टर, कोई वकील, कोई कारीगर बनना चाहता है। व्यक्ति के जीवन लक्ष्य का चुनाव वचन में दूसरे लोगों के सम्पर्क से दृढ़ बन गये किसी विशेष उद्देश्य के अनुसार होता है। किन्तु वह उद्देश्य बाद की परिस्थितियों से बदल भी सकता है।

आदत—कभी-कभी एक या एक से अधिक प्रेरकों के प्रभाव से आदत पड़ जाती है और वह आदत उन प्रेरकों के न रहने पर भी बनी रहती है। कालान्तर में आदत अपने मूल प्रेरक से स्वतंत्र होकर स्वयं एक प्रेरक बन जाती है। एक-बार जिस काम की आदत पड़ जाती है वह बाद में अनायास ही होने लग

जाता है। स्कडूगल ने आदत को स्वतंत्र प्रेरक नहीं माना है। यह ठीक है कि पहले पहल आदत किसी शारीरिक या मनोवैज्ञानिक प्रेरक पर ही निर्भर होती है और अपनी कार्यशक्ति उसी प्रेरक से प्राप्त करती है। किन्तु बाद में वह प्रेरक से स्वतंत्र होकर स्वयं एक कार्यशक्ति बन जाती है। अखबार पढ़ने की आदत को ही ले लीजिए। अखबार पढ़ने का शौक प्रारम्भ में उत्सुकता-प्रवृत्ति पर निर्भर हो सकता है। लेकिन आदत पड़ जाने पर यदि अखबार पढ़ने को न मिले तो एक अजीब तरह की बेचैनी सी मालूम होने लगती है और बिना अखबार पड़े चैन नहीं पड़ता। अतएव स्कडूगल का यह कहना ठीक नहीं है कि आदत स्वयं कार्यशक्ति नहीं बन सकती। आदत भले ही मूल प्रेरक न हो लेकिन वह गौण प्रेरक अवश्य होती है और उसे अर्जित किया जाता है।

अचेतन प्रेरक—हमें अपने जन्मजात और अर्जित प्रेरको का ज्ञान रहता है। हम उनकी उपस्थिति और सार्थकता को भली-भाँति जानते हैं। किन्तु व्यवहार के कुछ प्रेरक ऐसे भी होते हैं जिन्हें हम बिल्कुल नहीं जान पाते और जिनकी उपस्थिति का हमें अनुभव तक नहीं होता। ऐसे प्रेरको को अचेतन प्रेरक कहा जाता है। जो लोग श्यामवर्ण स्त्रियों को अधिक पसन्द करते हैं वे अपनी पसन्द का कोई स्पष्ट कारण नहीं बता पाते। खास तरह के लोगो को अन्तरंग मित्र बनाना, विशेष प्रकार की चाल-ढाल और वेश-भूषा को पसन्द करना अचेतन प्रेरको पर निर्भर होता है जिनकी उपस्थिति विशेष साधनों द्वारा ही पता चल सकती है। आगे अप्रकृत व्यवहार के प्रसंग में हमें इन अचेतन प्रेरको की काफी जानकारी हो सकेगी।

रुचि (interest)—परिवेश के किसी पक्ष के प्रति प्रतिक्रिया करने का जो ढग अर्जित किया जाता है उसे रुचि कहते हैं। रुचि प्रतिक्रिया करने का भावात्मक ढग होता है। जिस काम में रुचि होती है उसे किया भी जाता है। यह कहना सर्वथा असंगत है कि हम अमुक काम इसलिए नहीं करते हैं क्योंकि हमें उस काम में रुचि है। रुचि अनुकूल भावात्मक सक्रियता का ही दूसरा नाम है। रुचि में सुखद अनुभूति भी रहती है। किसी व्यक्ति की रुचि को जान लेना यह जान लेना है कि वह क्या काम करेगा।

रुचि को बचपन या बाद में अर्जित किया जाता है। रुचि-निर्माण कुछ मूलभूत प्रेरको के सम्बन्ध से होता है। बच्चे को जब खिलौना मिलता है तो उसे बड़ी उत्सुकता होती है। उत्सुकता के कारण वह खिलौने में रुचि लेने लगता है। अगर उसका खिलौना रेलगाड़ी हो तो रेलगाड़ी के प्रति बचपन में बनी उसकी रुचि युवावस्था तक ज्यों की त्यों बनी रह सकती है और उसे रेल-

गाड़ी के ही किसी विभाग में कार्यकर्त्ता बनाने की प्रेरक हो सकती है। इसी प्रकार अन्य नौकरियों के पीछे भी मनुष्य की रुचि का काफी हाथ होता है।

मनोवृत्ति (attitude)—रुचि कार्यात्मक दृष्टि से भावात्मक और मन के अनुकूल होती है किन्तु मनोवृत्ति भावात्मक भी हो सकती है और ऋणात्मक (negative) भी। ऋणात्मक मनोवृत्ति पक्षपात को जन्म देती है। पक्षपाती व्यक्ति की दृष्टि में आलोचना और प्रमाण का कोई महत्व नहीं रह जाता। रुचि का क्षेत्र सीमित होता है, मनोवृत्ति का व्यापक। रुचि किसी विशेष काम या व्यक्ति के प्रति ही होती है किन्तु मनोवृत्ति सस्थाओं, समाजों, राष्ट्रों, नैतिक नियमों और विचारों के प्रति भी होती है। मनोवृत्ति रुचि के समान सक्रिय नहीं होती। हम निश्चित मनोवृत्ति रखते हुए भी कुछ न करने की इच्छा रख सकते हैं। किन्तु जब निर्णय करना पड़ता है तो मनोवृत्ति का हमारे निर्णयों पर भारी प्रभाव पड़ता है। रुचि और मनोवृत्ति को नापने के लिए मनोविज्ञानियों ने अनेक साधन बना लिए हैं जिनका वर्णन वैयक्तिक भेद के प्रसंग में आगे किया जायगा।

रागात्मक व्यवहार

व्यवहार का नियमन और निर्धारण हमारे रागात्मक अनुभव से भी होता है। व्यवहार पर डर, घृणा, ईर्ष्या, द्वेष आदि का पड़ने वाला प्रभाव दैनिक अनुभव से सिद्ध है। किन्तु रागात्मक प्रतिक्रियाएँ उस अर्थ में व्यवहार की प्रेरक नहीं होती जिस अर्थ में शारीरिक और मनोवैज्ञानिक आवश्यकताएँ होती हैं। रागात्मकता गत्यात्मक होते हुए भी व्यवहार की प्रेरक नहीं होती। रागात्मकता से शरीर आवश्यक व्यवहार करने के लिए तैयार हो जाता है। डरने से जो शारीरिक परिवर्तन होते हैं उनका काम भागने की प्रतिक्रिया की तैयारी कराना होता है। रागात्मकता से व्यवहार के अन्य प्रेरक पुनर्शक्त (reinforce) होते हैं। रागात्मकता और व्यवहार के अन्य प्रेरकों का यह सम्बन्ध प्रसन्नता के अनुभव से स्पष्ट हो जायगा। प्रसन्नता एक रागात्मक प्रतिक्रिया है। आइस-क्रीम खाकर जो प्रसन्नता होती है वह आइसक्रीम खाने की इच्छा को पुनर्शक्त भी करती है।

रागात्मक अनुभव क्या है ? यह समझना जरा कठिन है। रागात्मकता सायास नहीं होती इसलिए उसका अनुभव या नियंत्रण इच्छानुसार नहीं किया जा सकता। सायास न होने से रागात्मकता का विश्लेषण भी नहीं हो सकता। हाँ, इतना अवश्य है कि रागात्मक अनुभव साधारण अनुभव से विलक्षण एक अन्य प्रकार का अनुभव होता है। सड़क पर आने-जाने वाले लोग हमारी आँख को देखने मात्र के लिए ही प्रेरित कर सकते हैं, किन्तु एक अगविहीन भिखारी को देखकर हमारे मन में करुणा, सहानुभूति और दुख के रागात्मक भाव जाग्रत हो जाते हैं।

प्रसन्नता और अप्रसन्नता—अन्य रागात्मक अनुभवों की भाँति प्रसन्नता (pleasantness) और अप्रसन्नता (unpleasantness) भी अन्य अनुभवों से उत्पन्न होने वाला एक अलग मनोवैज्ञानिक अनुभव होता है। सम्भव है कि प्रसन्नता-अप्रसन्नता की अनुभूति मनस् के निम्न केन्द्रों के उत्तेजित होने से होती हो। कुछ विद्वान प्रसन्नता-अप्रसन्नता का आश्रय उत्तेजना में ही मानते हैं। प्रसन्नता और अप्रसन्नता का व्यवहार पर बड़ा असर पड़ता

हैं। प्रसन्नता देने वाली उत्तेजनाओं को पसन्द किया जाता है और उनकी कामना की जाती है। अप्रसन्नता उत्पन्न करने वाली उत्तेजनाओं को नापसन्द करके उनसे बचा जाता है। प्रसन्नता-अप्रसन्नता और सुख-दुख को एक ही नहीं समझना चाहिए। सुख-दुख आगिक सवेदन के रूप हैं किन्तु प्रसन्नता-अप्रसन्नता सवेदन न होकर मनोवैज्ञानिक रागात्मक अनुभव हैं।

प्रसन्नता-अप्रसन्नता साधारण रागात्मक अनुभव होता है। इसके अतिरिक्त संचारी भावों जैसे कुछ जटिल और मूढ़ एवं स्थायी भावों जैसे कुछ गौण रागात्मक अनुभव भी होते हैं जिन पर अब विचार किया जायगा।

संचारीभाव

. जीवनदास के मुख पर वर्णहीन सकल्प अंकित था। वह सकल्प जो आत्महत्या का सूचक है। वे बिछीने से उठे मगर हाथ-पैर थर-थर काँप रहे थे। कमरे की प्रत्येक वस्तु उन्हें आँख फाड़-फाड़कर देखती हुई सी जान पड़ती थी। अलमारी के शीशे में अपनी परछाईं दिखाई दी। चौंक पड़े, यह कौन ? ख्याल आ गया, यह तो अपनी छाया है। उन्होंने अलमारी से एक चम्मच और एक प्याला निकाला। प्याले में वह जहरीली दवा थी जो डॉक्टर ने उनकी छाती पर मलने के लिए दी थी। प्याले को हाथ में लिए चारों ओर सहमी हुई दृष्टि से ताकते हुए वह प्रभावती के सिरहाने आकर खड़े हो गए। हृदय में करुणा का संचार हुआ। “आह ! (जिसकी माँग में सिन्दूर भरा था उसे) क्या मेरे ही हाथों मरना लिखा था ? मैं ही इसका यमदूत बनूँगा ! यह अपने ही कर्मों का फल है। मैं आँखें बन्द करके वैवाहिक बन्धन में फँसा... यह उसी अदूरदर्शिता का परिणाम है कि आज मैं यह दुर्दिन देख रहा हूँ। ”

हठात् उनके पैरों में कम्पन हुआ, आँखों में अँधेरा छा गया, नाड़ी की गति बन्द होने लगी। वे करुणामयी भावनाएँ मिट गईं. वे संभल कर झुके और प्याले में दवा का एक चम्मच निकाल कर प्रभावती के मुँह में डाल दिया... प्याले को रखते ही उनके काँपते हुए पैर स्थिर हो गए, मर्च्छा के सब लक्षण जाते रहे। चित्त पर भय का प्रकोप हुआ। वह कमरे में एक क्षण भी न ठहर सके... घर से इस तरह बाहर निकले जैसे किसी ने उन्हें ढकेल दिया हो... घर सड़क पर था। द्वार पर ताँगा मिला। उस पर जा बैठे. ताँगेवाले ने यह समझकर कि वे स्टेशन जायेंगे उन्हें स्टेशन पहुँचा दिया।

गाड़ी के आने में घटो, की देर थी। जीवनदास प्लेटफार्म पर जाकर टहलने लगे। धीरे-धीरे उनकी गति तीव्र होने लगी मानो कोई उनका

पीछा कर रहा हो। जाड़े के दिन थे। लोग सरदी के मारे अकड़े जाते थे, किन्तु जीवनदास को ओढ़ने-बिछाने की भी सुधि न थी। उनकी चैतन्य शक्ति नष्ट हो गई थी; केवल अपने दुष्कर्म का ज्ञान जीवित था। ऐसी शका होती थी कि प्रभावती मेरे पीछे दौड़ी चली आती है; कभी पड़ोसियों के घर-पकड़ की आवाज कानों में आती थी। उनकी कल्पना प्रतिक्षण उत्तेजित होती जाती थी, यहाँ तक कि वह भय से माल के बोरो के बीच में जा छिपे। एक-एक मिनट पर चौक पड़ते थे और सशक नेत्रों से इधर उधर देखकर फिर छिप जाते थे। उन्हें अब यह भी स्मरण न रहा कि यहाँ क्या करने आया हूँ, केवल अपनी प्राण-रक्षा का ज्ञान शेष था। वे उन बोरो के बीच में इस तरह पैतरे बदल रहे थे मानो बोरे उन्हें घेरना चाहते हो।

यह है प्रेमचन्द की 'प्रारब्ध' नामक कहानी के पात्र लाला जीवनदास के मन में क्रमिक रूप से उठने वाले भावों का एक वर्णन। मृत्युशय्या पर पड़े लाला जीवनदास अपने बचने की कोई उम्मीद न देखकर अपनी पत्नी प्रभावती को वैधव्य के कलक से बचाने के लिए उसे जहर देकर अपने मरने से पहले ही मार डालना चाहते थे। हत्या करने के कठोर सकल्प से उनका मुख वर्णहीन हो गया। जब वे अलमारी से जहर निकालने गए तो उनके मन का चोर उनकी परछाई से ही डर गया। अपनी पत्नी के पास पहुँचे तो दिल पसीजने लगा लेकिन उनके वर्णहीन सकल्प ने विजय पाई और उन्होंने दिल पर पत्थर रख कर अपनी पत्नी को जहर पिला दिया। इसके बाद उनको डर लगा और वे घर से भागे, उनके कान बजने लगे। उन्हें हर चीज मुँह बाए खाने को दौड़ती दिखाई पड़ने लगी।

यह तो रहा भय-संचार का चित्रण। अब जरा यह देखिए कि घृणा का संचार कैसे होता है। प० चोखेलाल शर्मा एक पत्रिका के सम्पादक थे। अपनी पत्नी का देहान्त होने के बाद वे स्त्रियों से विशेष अनुराग रखने लगे थे। अपनी पत्रिका की लेखिकाओं के प्रति उनकी बड़ी कृपादृष्टि रहती थी और वे उनकी रचनाओं की प्रशंसा करने से ही न थकते वरन् उन्हें निमंत्रण देने से भी न चूकते। आखिरकार एक लेखिका ने उनका निमंत्रण स्वीकार कर ही तो लिया।

. आज कामाक्षी का शुभागमन है।

शर्मा जी ने प्रातः काल हजामत बनवाई, साबुन और बेसन से स्नान किया। (नाखूनी किनारे की) धोती, कोकटी का ढीला चुन्नटदार कुरता पहना और मलाई के रंग की रेशमी चादर डाल ली। इस ठाठ से आकर दफ्तर में बैठे तो सारा दफ्तर गमक उठा। दफ्तर की भी खूब सफाई करा

दी गई थी। बरामदे में गमले रखवा दिए गए थे, मेज पर गुलदस्ते सजा दिए गए थे। गाड़ी नौ बजे आती है, अभी साढ़े आठ बजे हैं। इस परेशानी में कोई काम नहीं हो रहा है। बार-बार घड़ी की ओर ताकते हैं, फिर आईने में अपनी सूरत देखकर टहलने लगते हैं..

ठीक साढ़े नौ बजे चपरासी ने आकर एक कार्ड दिया। लिखा था—‘कामाक्षी’।

शर्मा जी ने उसे देवी जी को लाने की अनुमति देकर एक बार फिर आईने में अपनी सूरत देखी और एक मोटी सी पुस्तक पढ़ने लगे, मानो स्वाध्याय में तन्मय हो गए हो। एक क्षण में देवी जी ने कमरे में कदम रक्खा। शर्मा जी को उनके आने की खबर न हुई।

देवी जी डरते-डरते समीप आ गईं तब शर्मा जी ने चौंक कर सिर उठाया मानो समाधि से जाग पड़े हो और खड़े होकर देवी जी का स्वागत किया। मगर यह वह मूर्ति न थी जिसकी उन्होंने कल्पना कर रखी थी। यह एक काली, मोटी, अघेड़, चंचल औरत थी जो शर्मा जी को इस तरह घूर रही थी मानो उन्हें पी जायगी। शर्मा जी का सारा उत्साह, सारा अनुराग ठंडा पड़ गया। वह सारी मन की मिठाइयाँ जो वे महीनों से खा रहे थे, पेट में शूल की भाँति चुभने लगी। कुछ कहते-सुनते न बना.....

देवी जी एक बड़ा सा पुलिन्दा मेज पर पटककर रूमाल से मुँह पोछकर बोली . “आपके प्रोत्साहन का यह शुभ फल है कि मैंने इतनी कविताएँ रच डालीं . कहिए तो दो-चार सुनाऊँ।” और अनुमति की प्रतीक्षा न कर तुरन्त पुलिन्दा खोलकर एक कविता सुनाने लगी। शर्मा जी को ऐसा मालूम होने लगा जैसे कोई भिगो भिगोकर जूते मार रहा है। कई बार उन्हें मतली आ गई जैसे एक हजार गधे कानो के पास खड़े होकर अपना स्वर अलाप रहे हो..

लाला जीवनदास और प० चोखेलाल शर्मा की भाँति विषम परिस्थितियों में पड़ने पर प्रत्येक प्राणी के मन में उसकी स्थिति विशेष के अनुकूल भावों का संचार होता है और उन भावों के संचार से उसकी तत्कालीन शारीरिक या मानसिक दशा में विकार उत्पन्न होता है जिसका प्रभाव उसकी प्रतिक्रियाओं पर पड़ता है। क्रोध, डर, घृणा, प्रेम, लज्जा, दया, करुणा, हर्ष, उत्सुकता आदि भावों का संचार प्रतिक्रिया पर प्रभाव डालता है और चूँकि मनोविज्ञान में

प्राणी के प्रतिक्रियात्मक पक्ष का अध्ययन किया जाता है इसलिए उसकी प्रतिक्रियाओं पर प्रभाव डालने वाले भावों के अध्ययन की अवहेलना नहीं की जा सकती ।

भावों का संचार कब होता है ?—भावों का संचार उद्देश्यमूलक होता है प्रत्येक भाव के संचार के पीछे कोई न कोई उद्देश्य अवश्य रहता है । प्रेमचन्द के 'रसिक सम्पादक' प० चोखेलाल शर्मा का मन कामाक्षी को देखने से पहले जिन अनुरागमयी कोमल भावों की तरंगों पर तैर-तैर कर हिलकोरे खा रहा था और अन्दर ही अन्दर उछल रहा था उसके पीछे अपनी कल्पना की प्रतिमूर्ति कामाक्षी जैसी सुन्दरी से सम्भाषण का आनन्द लेने का उद्देश्य था ।

किंतु भावों का संचार उद्देश्य के पराजित होने से भी होता है । जब चोखेलाल जी की कल्पित सुन्दरी 'काली, मोटी और अघेड निकली तो उनका उद्देश्य पराजित हो गया और उसने उनमें घृणा के भाव का संचार कर दिया । घृणा के संचार से उनकी 'मन की मिठाइयाँ जिन्हें वे महीनो से खा रहे थे पेट में शूल की तरह चुभने लगी' और कामाक्षी (नामक उत्तेजना) के प्रति उनकी प्रतिक्रिया बदल गई जिससे कामाक्षी के कविता सुनाने पर उन्हें 'ऐसा मालम होने लगा जैसे कोई भिगो भिगोकर जूते मार रहा हो' या 'एक हजार गधे कानों के पास खड़े होकर अपना स्वर अलाप रहे हो ।' अपना दिल टटोलिए । यदि आप भी कभी चोखेलाल जी की परिस्थिति में पड़े होंगे तो आपको भी यही अनुभव हुआ होगा ; क्यों ?

भावों का संचार उद्देश्य के अप्रत्याशित या सहज रूप से पूरा हो जाने पर भी होता है । सुन्दर स्त्री से सम्भाषण करने की इच्छा चोखेलाल जी की तरह सबको और आपको भी रहती है और यदि वह सुयोग आपको यात्रा करने या अन्य किसी परिस्थिति में बिना प्रयत्न के ही दैवात् मिल जाय तो आपमें अनुराग के कोमल भावों का संचार हो जायगा और आपकी बाँछें खिल जाएँगी । उस समय आप हर्ष से फूले नहीं समाएँगे और आपका 'मन नाचने लगेगा ।' यदि आप किसी अनिन्द्य सुन्दरी से विवाह करने के प्रयत्नशील हो और आपको सफलता भी मिल रही हो उस समय यदि, ईश्वर न करे, किसी दुर्योग से आपके सारे किए-कराए पर पानी फिर जाय तो आपके मन में ऐसे भावों का संचार होगा जिससे आपका 'मन बैठ जायगा' और 'हाथों के तोते उड़ जाएँगे ।'

भावो का संचार कोई जघन्य काम करने के पहले या कर डालने के बाद उस पर विचार करने से भी होता है। जीवनदास के मन में अपनी पत्नी को जहर देने से पहले और जहर दे डालने के बाद भय का संचार हुआ था जिससे वे अपना मानसिक संतुलन खोकर अनर्गल व्यवहार करने लग गये थे। रात में भूत-प्रेतो की कहानियाँ पढ़ने या उनका ख्याल आने से मन में अक्सर भयमिश्रित सिहरन का संचार हो जाता है।

क्रोध, डर, घृणा, लज्जा, करुणा, भय, हर्ष, आदि असंख्य भाव ऐसे हैं जो हमारे मन में सदा नहीं रहते। उनका संचार अवसर और परिस्थिति विशेष में ही होता है इसलिए उन्हें संचारीभाव (emotions) कहा जाता है।

संचारीभाव क्या हैं?—यों तो प्रत्येक व्यक्ति संचारीभावो को जानता है किन्तु उनकी निश्चित परिभाषा कर सकना या भाषा द्वारा उनका वर्णन कर सकना अत्यन्त कठिन है। हाँ, संचारीभावात्मक प्रतिक्रिया का वर्णन कर सकना और उसकी परिभाषा दे सकना अवश्य आसान है। संचारीभावो में तीन बातें होती हैं : आन्तरिक शारीरिक परिवर्तन, चेष्टात्मक अभिव्यक्ति और किसी न किसी तरह का अनुभव। क्रोध में खून खौलने लगना, दिल की धड़कन का तेज हो जाना आदि आन्तरिक शारीरिक परिवर्तन हैं; दाँत पीसने लगना, मुट्ठी का भिच जाना आदि चेष्टात्मक अभिव्यक्तियाँ हैं और शरीर में आग लग जाने का बोध क्रोध के संचारीभाव का अनुभव है। संचारीभावों के इन तीनों पक्षों, उनके निर्देशको (आन्तरिक और बाह्य परिवर्तनो), निर्देशको और अनुभव के पारस्परिक सम्बन्ध के शारीरिक आधार आदि समस्याओं पर विचार करके ही संचारीभावो को अच्छी तरह समझा जा सकता है।

संचारीभाव प्रेरकों के रूप में—भूख, प्यास, आत्मरक्षा आदि शारीरिक प्रवृत्तियों की भाँति संचारीभाव भी उद्देश्यमूलक होते हैं और प्राणी को परिवेश की किसी विषम परिस्थिति से संतुलन कर सकने के लिए व्यवहार करने को प्रेरित करते हैं। प्रत्येक संचारीभाव के पीछे कोई न कोई उद्देश्यमूलक व्यवहार अवश्य होता है जैसे डर के पीछे भागना। प्राणी के उद्देश्यमूलक व्यवहार में संचारीभावो का वही महत्त्व है जो शारीरिक प्रवृत्तियों का। किन्तु उद्देश्यमूलक होते हुए भी संचारीभावों और शारीरिक प्रवृत्तियों में भेद किया जा सकता है।

शारीरिक प्रवृत्तियों और संचारीभावो दोनों में आन्तरिक शारीरिक

परिवर्तन होते हैं किंतु संचारीभावों का सम्बन्ध बाह्य उत्तेजनाओं से होता है और शारीरिक प्रवृत्तियों का शारीरिक आवश्यकताओं की आन्तरिक उत्तेजनाओं से ।

शारीरिक प्रवृत्तियों के विपरीत संचारीभाव परिस्थिति की व्यक्तिगत सार्थकता पर निर्भर होने से सञ्ज्ञात्मक होते हैं । जो उत्तेजना एक व्यक्ति में क्रोध का संचारीभाव उत्पन्न करती है हो सकता है कि वह अन्य व्यक्तियों में न करे । संचारीभाव उत्पन्न करने के लिए उत्तेजना को व्यक्ति के लिए सार्थक होना चाहिए । हमारा नौकर चाय की प्याली गिरा दे तो हम उस पर क्रोधित होते हैं किन्तु यदि सड़क पर कोई व्यक्ति चाय की प्याली ले जा रहा हो और वह उससे गिर जाय तो हम उस व्यक्ति पर क्रोधित नहीं होते क्योंकि उस व्यक्ति का प्याली गिरा देना 'हमारे लिए' सार्थक नहीं होता ।

संचारीभावों पर यदि ध्यान दिया जाय तो वे मिटने लगते हैं किन्तु शारीरिक प्रवृत्तियाँ ध्यान देने पर नहीं मिटती । वास्तव में शारीरिक प्रवृत्ति की तीव्रता, उदाहरण के लिए भूख की तीव्रता, हमारा ध्यान हठात् खींच लेती है । संचारीभावों पर ध्यान दे सकना असम्भव होता है क्योंकि वे ध्यान देने के क्षण से ही मिटने लगते हैं ।

संचारीभाव अनुभव के रूप में—आन्तरिक शारीरिक परिवर्तनों के अतिरिक्त संचारीभावों का अनुभव भी होता है । गुस्सा होने पर जब व्यक्ति दाँत पीसने लगता है और उसका चेहरा तमतमा जाता है तो उसे गुस्सा 'लगता' भी है । यह ठीक है कि संचारीभाव के अनुभव (जैसे गुस्सा 'लगने') को संचारीभावात्मक व्यवहार की भाँति देखा नहीं जा सकता किन्तु फिर भी संचारीभाव के अनुभव (गुस्सा 'लगने') के चेतन अनुभव से इनकार नहीं किया जा सकता । जरा याद कीजिये कि आपको 'कलेजा मुँह को आने', 'दिल बल्लियों उछलने', 'मीठी-मीठी टीस उठने', 'पैरो के तले जमीन खिसक जाने', 'किसी के आँखों में खटकने' और 'ऊपर की साँस ऊपर और नीचे की साँस नीचे रह जाने' का अनुभव कितनी बार हुआ है ।

संचारीभावों के अनुभव का व्यक्तिगत और सामाजिक महत्व होता है । कलाकार को अपने कलात्मक सृजन में प्रफुल्लता मिलती है, विज्ञानी को अपने अनुसन्धानों में उत्सुकता और कौतूहल मिलता है । यदि मनुष्य संचारीभावों का चेतन अनुभव कर सकने में अक्षम होता तो ललित कलाएँ और वैज्ञानिक

आविष्कार नहीं [होते, स्त्रियाँ अपने सबसे बड़े आभूषण 'लज्जा' से वचित रह जाती और मनुष्य को अपने जीवन और ससार में कोई रागात्मक रुचि न होती ।

संचारीभाव प्रतिक्रिया के रूप में—अपने स्पष्ट शारीरिक परिवर्तनों के कारण संचारीभावों का अन्य मानसिक क्रियाओं से तीव्र भेद होता है । अन्य मानसिक क्रियाओं जैसे सज्ञा करने, याद करने या सोचने में उतने तीव्र, स्पष्ट और पूरे शरीर को आलोकित कर देने वाले शारीरिक परिवर्तन नहीं होते जितने क्रोध, भय आदि संचारीभावों के समय होते हैं । संचारीभावों में शरीर के अन्दर भी परिवर्तन होते हैं और बाहर भी ।

प्रबल संचारीभावों (जैसे क्रोध) से होने वाले आन्तरिक परिवर्तनों में ऐड्रीनल ग्लैंड रक्त प्रवाह में ऐड्रीनिन (adrenin) नामक पदार्थ का स्राव प्रचुर मात्रा में करने लगता है । इस स्राव से संचारीभावों में उनकी विशिष्ट प्रबलताएँ उत्पन्न होती हैं । ऐड्रीनिन के स्राव के प्रभाव से यकृत (liver) में जमा शक्कर रक्त में मिलने लग जाती है जिससे होने वाले परिवर्तनों से रक्त जल्द जमने (clot होने) लग जाता है, इसलिए रक्त का दबाव बढ़ जाता है, नाड़ी की गति तेज हो जाती है, फेंफड़े फैल जाते हैं जिससे ज्यादा हवा अन्दर आ सके ।

इन आन्तरिक परिवर्तनों से प्राणी अपनी पूरी शक्ति से प्रतिक्रिया करने के योग्य बन जाता है और ऐसे ऐसे चमत्कार कर बैठता है जो सामान्य शारीरिक स्थिति में नहीं कर सकता । संचारीभाव की प्रबलता के प्रभाव में लोग कठिन से कठिन काम आसानी से कर डालते हैं जो उनके लिए सामान्य स्थिति में कर सकना असम्भव होता है । संचारीभाव की प्रबलता पीडा के प्रति सवेदन-शीलता को कम कर देती है और प्राणी में देर तक काम कर सकने का उद्दीपन पैदा करती है ।

संचारीभावों से होने वाले बाह्य शारीरिक परिवर्तन परिवेश की उत्तेजनाओं का सामना करने में सहायक बनते हैं । क्रोध में मुट्टियों का भिंच जाना प्राणी को शत्रु पर आक्रमण करने के लिए तैयार कर देता है; डर के मारे 'पैरों में पर लग जाने' से प्राणी डरावनी उत्तेजना से दूर भाग सकने को तैयार हो जाता है ।

बाह्य परिवर्तनों में होने वाले नाक, मुँह, आँखों, गालों आदि की मास-पेशियों के विभिन्न सगठनों से हम अन्य लोगों को प्रभावित भी करते हैं ।

मुस्कराने या हँसने में मुख के विभिन्न भागों की मांसपेशियों में जो संगठन हो जाता है उसका दूसरे लोगो पर अच्छा प्रभाव पड़ता है, इसलिए मुख की मांसपेशियों के विभिन्न संगठनों (हँसने, मुस्कराने, गाल फुला लेने, नाक-भों सिकोड़ लेने आदि) का सामाजिक महत्व होता है ।

यद्यपि संचारीभाव प्राणी का उसकी विपम परिस्थितियों से संतुलन कराने में सहायक बनते हैं किन्तु वे कभी कभी उसका संतुलन नष्ट भी कर देते हैं । काम करते करते खिसिया जाने पर काम अच्छी तरह नहीं हो सकता; जिस आदमी पर 'भूत सवार' हो जाता है उसकी बुद्धि भ्रष्ट हो जाती है और वह अनर्गल व्यवहार करने लग जाता है ।

संचारीभावों के निर्देशक—संचारीभावों के बाह्य निर्देशकों को अच्छी तरह देखा जा सकता है । बाह्य व्यवहार, मुख की विभिन्न मुद्राएँ और स्वर



चित्र ४६ अ

का परिवर्तित हो जाना बाह्य निर्देशक होते हैं । हाथ पैर पटकना, भागना, पीछे हट जाना आदि बाह्य व्यवहार संचारीभावों के सूचक हैं । मुखमुद्रा का परिवर्तन मुख के विभिन्न अंगों जैसे माथा, भों, नाक, आँखों और ओठों आदि की मांस-

पेशियों के विशिष्ट संगठन से होता है। मुख-मुद्राओं में विशिष्टता ले आने वाले मासपेशीय संगठन की जटिल विविधता का वर्णन भाषा द्वारा कर सकना दुष्कर है इसलिए यहाँ दिये गए ४६ अ, ब, स चित्रों को देखिए। इन चित्रों में मुख के विभिन्न अंगों के मासपेशीय संगठन द्वारा उत्पन्न मुख-मुद्राओं को देखकर आप तत्सवधी सचारीभाव को आसानी से जान लेंगे।

विभिन्न मुख-मुद्राएँ उत्पन्न करने में माथा, भौ, आँखों और ओठों सब का विशेष योग होता है। क्रोध में माथे पर बल पड़ जाते हैं, घृणा में नाक-भौ सिकुड़ जाती है; किन्तु फिर भी मुखमुद्रा में आँख और मुँह की प्रधानता रहती है।

आँख व्यक्ति के तत्कालिक अवधान को बताती है। डर लगने और रुचि लेने



चित्र ४६ ब

पर आँखें फैल जाती हैं क्योंकि दोनों दशाओं में व्यक्ति दृश्य उत्तेजना पर

ज्यादा ध्यान देता है। ऊपर देखती हुई आँखों में आत्मसमर्पण का भाव होता है, नीचे झुकी हुई आँखों का अर्थ परिवेश से विमुख हो जाना होता है जिसके अनेक कारण हो सकते हैं। लज्जा में आँखें इसीलिए नीचे झुक जाती हैं।

मुँह तो संचारीभावों की अभिव्यक्ति का और भी उत्तम निर्देशक है। मुँह के ओठों की बनावट और स्थिति व्यक्ति की बहुत सी विशेषताओं को प्रकट करती है। कुछ ओठ ऐसे होते हैं जिन्हें देखते ही चूमने को जी चाहता है। ओठों से व्यक्ति का भोलापन और टेढ़ापन भी प्रकट होता है। कुछ ओठ खाऊपन के सूचक होते हैं, कुछ से दृढ़ सकल्प परिलक्षित होता है। लटके हुए ओठों से उजड़पन और मूर्खता टपकती है।

स्वर परिवर्तन भी संचारीभावों का निर्देशक होता है। अभिनेता और भाषण देने वाले अपने स्वर के माध्यम से बहुत से संचारीभावों को व्यक्त करते हैं। क्रोध में स्वर कर्कश हो जाता है, शोक में भर्रा जाता है। भयभीत आदमी की घिघी बँध जाती है। प्रेम का स्वर पुचकार-भरा होता है।

रक्त-प्रवाह, हृदय की गति और साँस लेने आदि क्रियाओं में परिवर्तन होना संचारीभावों के आन्तरिक निर्देशक होते हैं। न्यूरोनीय प्रबन्ध के प्रसंग में यह देखा जा चुका है कि उपर्युक्त शारीरिक क्रियाओं का संचालन और नियंत्रण स्वचालित स्नायु प्रबन्ध (autonomic system) से होता है। स्वचालित स्नायु प्रबन्ध में अनुकंपिक प्रबन्ध (sympathetic system) के उद्दीप्त होने पर पाचन-क्रिया रुक जाती है और लार बहने का अवरोध हो जाता है। डर में गला सूखने का यही कारण होता है। प्राचीन काल में चीन में अपराधी का पता उसकी लार बहने की प्रतिक्रिया के आधार पर ही लगाया जाता था। सदृग्ध व्यक्ति परीक्षा के लिए एक जगह लाए जाते थे और उन पर अभियोग लगाकर उनके मुँह में सूखे चावल भर दिए जाते थे। थोड़ी देर बाद चावल बाहर निकलवाए जाते थे और जिसके मुँह में सूखे चावल (डर के कारण लार न बहने और मुँह सूखा रहने से) सूखे ही रह जाते थे उसे अपराधी समझ लिया जाता था।

शरीर-विज्ञान वेत्ताओं ने संचारीभावों में होने वाले आन्तरिक शारीरिक परिवर्तनों को जानने और नाप सकने के लिये अनेक यन्त्रों का आविष्कार कर डाला है। विभिन्न संचारीभावों में रक्त-प्रवाह, साँस, हृदय और नाडी की गति, त्वचा का दबाव और ग्लैंडों की प्रतिक्रिया आदि पर विशद खोजें की जा चुकी हैं।



चित्र ४६ स

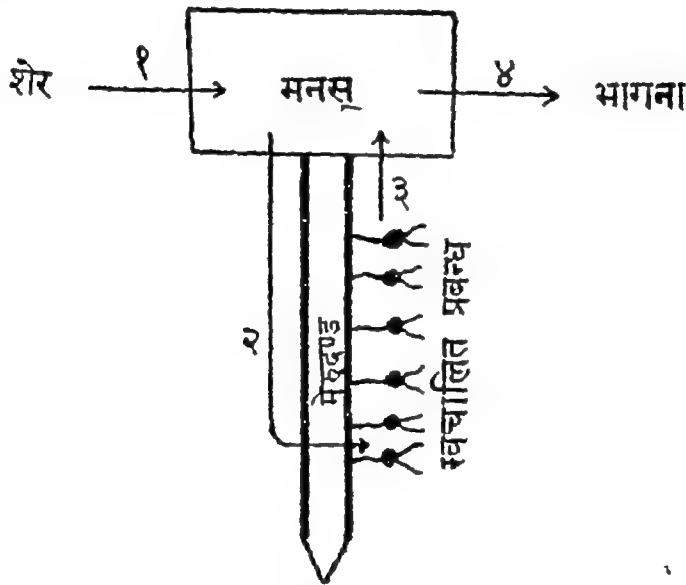
खोजो के आधार पर यह पता चला है कि हर्ष में पेट खव सक्रिय रहता है जो खाने का सबसे अच्छा समय होता है। हर्ष में गाल ब्लैडर (gall bladder) उद्दीप्त रहता है और रक्त प्रवाह तथा सांस लेने में थोड़ी सी वृद्धि हो जाती है। हर्ष में शरीर के सारे अवयवों में पूर्ण नियमन रहता है जिससे शरीर की कार्य-कुशलता बढ़ जाती है।

क्रोध में ऐड्रीनल ग्लैंडों की प्रतिक्रिया तेज हो जाती है जिसके असर से हृदय उद्दीप्त हो जाता है। पेट और गाल ब्लैडर निष्क्रिय हो जाते हैं और यकृत (liver) और गुर्दों (kidneys) का काम धीमा पड़ जाता है। सांस जल्दी जल्दी चलने लगती है। ऐसी स्थिति खाने के लिये अनुकूल नहीं होती।

क्रोध की भाँति डर में भी ऐड्रीनल ग्लैंड तेजी से क्रिया कर प्राणी को भागने या लड़ने के लिये तैयार करते हैं। शोक में केवल गाल ब्लैडर ही उद्दीप्त

होता है। बाइल (bile) का प्रवाह बढ जाता है और पेट में भी आ सकता है जिससे भूख नहीं लगती। साँस लेने और हृदय की गति धीमी पड़ जाने से बेचैनी होने लगती है। ऐसे समय भी खाना नहीं खाना चाहिये।

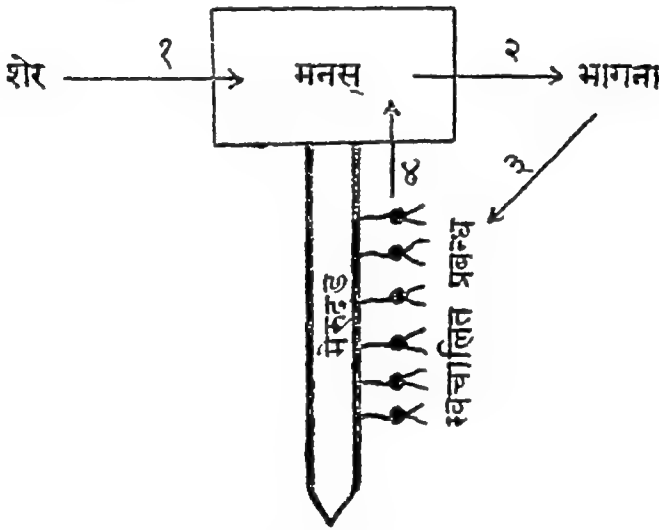
सैद्धान्तिक व्याख्या : जेम्स-लांगे सिद्धान्त -- सचारीभावो का अनुभव कैसे होता है और शारीरिक परिवर्तनो से उनका क्या सम्बन्ध है ? इन प्रश्नो का प्रचलित और साधारण उत्तर यह है : सचारीभाव उत्पादक उत्तेजना से ग्राहको मे होने वाली न्यूरोनीय प्रेरणा मनस् मे पहुँचती है और मनस् अपनी क्रिया द्वारा उस उत्तेजना की सार्थकता को समझता है। उत्तेजना की सार्थकता समझ लेने पर मनस् मे होने वाली न्यूरोनीय प्रेरणा स्वचालित स्नायुप्रबन्ध की ओर प्रवाहित होती है जिससे कुछ उचित शारीरिक परिवर्तन होते हैं।



चित्र ५०

शारीरिक परिवर्तनो से होने वाली न्यूरोनीय प्रेरणा फिर मनस् की ओर प्रवाहित होती है और तब सचारीभाव का अनुभव होता है। सचारीभाव का अनुभव होने पर मनस् न्यूरोनीय प्रेरणा द्वारा हाथ-पैर आदि प्रभावको को प्रतिक्रिया करने का आदेश देता है। मानसिक क्रिया सचारीभाव और प्रतिक्रिया की मध्यस्थ होती है और इस प्रकार सचारीभाव प्रतिक्रिया के पूर्ववर्ती होते हैं। जंगली शेर से सामना पडने पर मनस् को ग्राहको द्वारा शेर का सवेदन होता है। तब हम मानसिक क्रिया द्वारा शेर की सार्थकता, कि वह आदमी को मार डालने वाला पशु है और उससे हमें अपनी जान का खतरा है, समझते हैं। शेर की सार्थकता समझ लेने पर शारीरिक परिवर्तन होते हैं, साँस रुक जाती है, पसीना छूटने लगता है। फिर जब मनस् को इन शारीरिक परिवर्तनो का सवेदन होता है तो हम डर लगता है और हम बचने या भागने की प्रतिक्रिया करते हैं। यह चित्र ५० से स्पष्ट हो जायगा।

किन्तु मनोविज्ञानियों को यह प्रचलित सैद्धान्तिक उत्तर मान्य नहीं है। इस प्रचलित सिद्धान्त के विरोध में विलियम जेम्स और लागे नामक दो मनो-विज्ञानियों ने स्वतन्त्र रूप से एक ही सिद्धान्त का प्रतिपादन किया था जो जेम्स-लागे सिद्धान्त नाम से विख्यात है। जेम्स-लागे सिद्धान्त के अनुसार शेर को देखते ही पहले शारीरिक परिवर्तन (साँस रुक जाना, हाथ-पाँव फूल जाना, पसीना छूटने लगना, आदि) होते हैं और उन शारीरिक परिवर्तनों से शरीर की तत्काल जो दशा हो जाती है वही सचारीभाव है। इस प्रकार शारीरिक परिवर्तन सचारीभावों के पूर्ववर्ती होते हैं। शेर रूपी उत्तेजना प्रभावको से तत्काल शारीरिक परिवर्तन कराती है और मनस् द्वारा उन परिवर्तनों क



चित्र ५१

अनुभव ही सचारीभाव होता है। जेम्स के शब्दों में सचारीभाव “उत्तेजना मिलने पर आन्तरिक क्रियाओं (पसीना छूटना, हाथ-पाँव फूलना, साँस रुक जाना, आदि) से उत्पन्न संवेदनो का प्रक्षिप्त प्रभाव (reflex effect) होता है।” शारीरिक परिवर्तनों के न होने पर सचारीभावों का अनुभव नहीं हो सकता। डरावनी उत्तेजना से अगर शारीरिक परिवर्तन न हो तो हमें डर का ज्ञान-मात्र ही होगा किन्तु डर ‘लगने’ का अनुभव नहीं होगा। सचारी-भाव प्रचलित सिद्धान्तों के अनुसार मानसिक क्रिया का परिणाम न होकर मनस् पर शारीरिक परिवर्तनों का प्रक्षिप्त प्रभाव (reflex effect) होता है (चित्र ५१)।

जेम्स-लागे सिद्धान्त का मुख्य आशय यह है कि सचारीभावों और शारीरिक परिवर्तनों में मानसिक क्रिया की मध्यस्थता नहीं होती। इसका समर्थन करने के लिए जेम्स ने अपने बालपन की एक घटना का उल्लेख किया है।

जेम्स ने कही जाते समय एक घोड़ा देखा जिसके बहुत खून बह रहा था। खेल-खेल में जेम्स ने अपनी छड़ी को खून में इधर-उधर खूब साना और वहाँ से चल दिया। छड़ी से खून चू रहा था और जेम्स के मन में किसी तरह का कोई भाव नहीं था। सहसा उसकी आँखों में अँधेरा छा गया, कानों में भनभनाहट होने लगी और वह डर के मारे बेहोश हो गया। जेम्स का कहना है कि इस घटना में उसके शारीरिक परिवर्तन और उनके परिणाम-स्वरूप डर का संचार केवल उत्तेजना (खून) की उपस्थिति मात्र से ही हुए थे, मानसिक क्रिया की मध्यस्थता से नहीं। अभिनय या मद्यपान द्वारा कृत्रिम रूप से शारीरिक परिवर्तन उत्पन्न करने पर भावों का संचार होने लगता है। अतः जेम्स-लांगे सिद्धान्त के अनुसार संचारीभावों का अनुभव शारीरिक परिवर्तनों पर निर्भर होता है और मानसिक क्रिया की अपेक्षा नहीं रखता।

जेम्स-लांगे सिद्धान्त की आलोचना—यह सच है कि शरीर के कुछ अंगों का भावों के संचार से ज्यादा घनिष्ठ सम्बन्ध होता है। अनुकंपिक प्रबन्ध (sympathetic system) के उत्तेजित होने का प्रभाव बहुत व्यापक होता है जिससे तत्सम्बन्धी क्रियाओं (साँस लेने, दिल धड़कने आदि) में या तो अवरोध (inhibition) हो जाता है या वे तेजी से होने लगती हैं। अनुकंपिक प्रबन्ध का व्यापक प्रभाव ऐड्रीनल (adrenal) ग्लैंडों के कारण होता है। अनुकंपिक प्रबन्ध के उत्तेजित होने से ऐड्रीनल ग्लैंड सक्रिय हो जाते हैं और वे खून में ऐड्रीनैलिन नामक पदार्थ का संचार अधिक मात्रा में करने लग जाते हैं जिसका प्रभाव सारे शरीर पर पड़ता है।

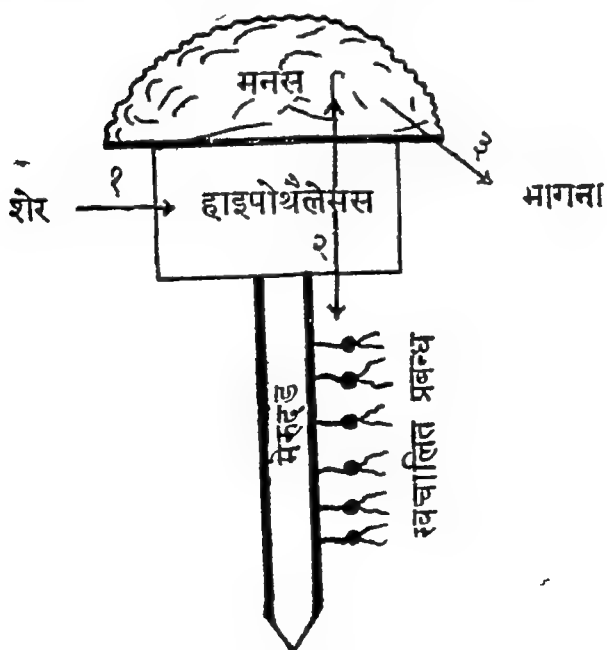
किन्तु इससे पर्याप्त रूप से यह सिद्ध नहीं हो पाता कि संचारीभावों और शारीरिक परिवर्तनों में तादात्म्य है। यदि उनमें तादात्म्य होता तो प्रत्येक संचारीभाव के अपने विशिष्ट शारीरिक परिवर्तन भी होते। किन्तु इसके विपरीत अनेक संचारीभावों में प्रायः एक ही तरह के शारीरिक परिवर्तन होते हैं। आँसू हर्ष के भी होते हैं और शोक के भी। डर और क्रोध दोनों संचारी-भावों में शरीर काँपने लगता है। इसके अतिरिक्त शिक्षित व्यक्ति क्रोध को एक तरह से प्रकट करता है, अशिक्षित व्यक्ति दूसरी तरह से। भयभीत होने पर हम काँपते हैं। काँपना भय का शारीरिक परिवर्तन है। लेकिन जब हमें जाड़ा लगने पर काँपते हैं तो हमें भय का संचारीभाव नहीं होता। यदि संचारी-भाव शारीरिक परिवर्तनों के ही परिणाम होते तो जाड़े से काँपने में भी भय का संचार होना चाहिए।

प्रयोगशालाओं में पशुओं पर किए गए प्रयोगों से भी संचारीभावों और शारीरिक परिवर्तनों में तादात्म्य होने का खण्डन हुआ है। शेरिडन ने १८ कुत्तों

पर प्रयोग किए। यह कुत्ता कुछ लोगो को पसंद करता था और कुछ लोगो को नहीं। शेरिंगटन ने कुत्ते के घड से मनस् तक न्यूरोनीय प्रेरणाओ को ले जाने वाले आन्तरिक बोधवाहक न्यूरोनो को असम्बन्धित कर दिया जिससे वह आन्तरिक अंगो के संवेदन से वंचित हो गया। किन्तु कुत्ते ने फिर भी क्रोध, भय, हर्ष आदि संचारीभावो के लक्षणो को प्रकट किया। व्यक्तियों में कृत्रिम रूप से शारीरिक परिवर्तन करके भी देखा गया कि उन कृत्रिम परिवर्तनो से भावो का संचार नहीं हो पाता। इन प्रयोगो के आधार पर संचारीभावो और शारीरिक परिवर्तनो की पूर्ववर्त्तिता पर सन्देह किया जाने लगा और जेम्स-लागे सिद्धान्त की मान्यता के विरुद्ध संचारीभावो के अनुभव में मानसिक क्रिया का उचित महत्व स्वीकार किया गया।

हाइपोथैलेमसिक सिद्धान्त—शरीर-विज्ञानवेत्ताओ ने पशुओ पर प्रयोग करके संचारीभावात्मक व्यवहार में थैलेमस या हाइपोथैलेमस (hypothalamus) की महत्ता पर बड़ा जोर दिया। उन्होने अपने प्रयोगो में विद्युत-धारा से बिल्लियो की हाइपोथैलेमस को उत्तेजित करके यह देखा कि “बिल्ली अपने कान खडे कर लेती है, गुराँने और दुम फटकारने लगती है...।” हाइपो-थैलेमस को निकाल देने पर कुत्ते और बिल्ली संचारीभावात्मक व्यवहार नहीं कर पाते।

जेम्स-लागे सिद्धान्त की सत्यता में सन्देह करते हुए और संचारीभावो



चित्र ५२

में हाइपोथैलेमस के महत्व को स्वीकार करते हुए कैनेन नामक शरीर-विज्ञान-वेत्ता ने संचारीभावो की व्याख्या के लिए हाइपोथैलेमसिक सिद्धांत प्रतिपादित किया। इस सिद्धान्त के अनुसार संचारीभाव और शारीरिक परिवर्तन एक दूसरे से स्वतन्त्र होते हैं और उनमें तादात्म्य नहीं होता। इस सिद्धान्त की मान्यता यह है कि संचारीभावो का अनुभव और शारीरिक परिवर्तन दोनों ही हाइपोथैलेमस की क्रिया से होते हैं और सहवर्ती होते हैं। बोधवाहक प्रेरणाओं का प्रवाह हाइपोथैलेमस में आकर मनस् और मेरुदंड की ओर एक साथ होता है जिससे संचारीभावो का अनुभव और शारीरिक परिवर्तन भी एक साथ होते हैं (चित्र ५२)।

इस सिद्धान्त से जेम्स-लागे सिद्धान्त की कुछ कठिनाइयाँ अवश्य* हल हो जाती हैं। पशुओं में अनुकंपिक प्रबन्ध को परिधीय प्रबन्ध से असम्बन्धित कर देने पर भी उनकी हाइपोथैलेमस की प्रेरणाओं का प्रवाह मनस् की ओर होता है जिससे उनके व्यवहार से संचारीभावो के लक्षण प्रकट होते हैं। कृत्रिम रूप से शारीरिक परिवर्तन उत्पन्न करने पर यदि हाइपोथैलेमस सक्रिय न हो सके तो संचारीभावो का अनुभव नहीं होता। संचारीभावो का अनुभव मानसिक क्रिया की मध्यस्थता और शारीरिक परिवर्तनों के परिणामों से स्वतन्त्र रहकर हाइपोथैलेमस की सक्रियता पर निर्भर होता है।

किन्तु इस सिद्धान्त में भी कमियाँ हैं। हाइपोथैलेमस को कृत्रिम रूप से उत्तेजित करने पर जो संचारीभावात्मक व्यवहार होता है वह स्वाभाविक रूप से होने वाले संचारीभावात्मक व्यवहार से भिन्न होता है। कृत्रिम रूप से उत्तेजित हाइपोथैलेमसिक क्रिया में बिल्ली पिंजड़े के अन्दर केवल बेचैन होकर इधर-उधर भटकती ही है किन्तु बाहर निकलने का मार्ग होते हुए भी उसकी उपेक्षा करती है और कृत्रिम उत्तेजना का प्रभाव मिटते ही बिल्ली की सारी प्रतिक्रियाएँ एकदम रुक जाती हैं जबकि स्वाभाविक संचारीभाव का प्रभाव उत्तेजना के न रहने पर भी कुछ देर तक बना रहता है और धीरे-धीरे मिटता है। इससे साबित होता है कि कृत्रिम रूप से उत्पन्न संचारीभावात्मक प्रतिक्रियाएँ यत्रवत् होती हैं और उनमें स्वाभाविकता नहीं होती।

यद्यपि संचारीभावो की व्याख्या के उपर्युक्त दोनों सिद्धान्त अपर्याप्त हैं, किन्तु फिर भी उन दोनों में सत्यता का अंश है जिससे उनकी उपेक्षा नहीं की जा सकती। यह ठीक है कि संचारीभावो के अनुभव में शारीरिक परिवर्तनों और हाइपोथैलेमस की क्रिया के नियंत्रण के महत्व से इन्कार नहीं किया जा सकता किन्तु संचारीभावो के अनुभव के पीछे एकमात्र इन्हीं दो कारणों को मान लेना या उनमें से किसी एक पर निर्विवाद रूप से अनुचित

जोर देकर मानसिक क्रिया का बिल्कुल ही बहिष्कार कर देना न्यायसंगत नहीं है ।

मूड (Moods)—कुछ सचारीभावात्मक प्रतिक्रियाओं का प्रभाव बहुत देर तक बना रहता है । उन्हें मूड कहा जाता है । मड सचारीभाव का हलका रूप होता है । हम कभी हर्ष के मूड में रहते हैं और कभी खिन्न रहते हैं । पढ़ने लिखने का भी मूड हुआ करता है । किसी मूड के रहने पर उसी के समान भाव का संचार बहुत जल्द हो जाता है । खिन्न मन व्यक्ति को बात-बात पर क्रोध आता है । मूडों का प्रभाव हमारे विचारों और क्रियाओं पर पड़ता है । कुछ मूड शारीरिक स्वास्थ्य और लक्ष्य-प्राप्ति की सफलता और विफलता पर भी निर्भर होते हैं ।

स्थायीभाव (sentiments)—रागात्मक विकास के साथ-साथ व्यक्ति का सचारीभावात्मक रुझान-सा बन जाता है जिसे स्थायीभाव कहा जाता है । देश-प्रेम, ईश्वर-भक्ति, मित्रता कुछ स्थायीभाव हैं । स्थायीभाव सचारीभावों की भाँति उग्र और प्रचंड नहीं होते । उनमें स्थायित्व होता है इसीलिए उन्हें स्थायीभाव कहा जाता है । स्थायीभाव रागात्मक मनोवृत्ति के सूचक होते हैं । उनका व्यवहार के अन्य प्रेरकों पर गत्यात्मक प्रभाव पड़ता है । देश-प्रेम का स्थायीभाव रखने वाला देश की उन्नति से हर्षित होता है, उन्नति के लिए अपना योग देने में गौरव अनुभव करता है और देश की निन्दा करने या बुरा चाहने वालों से घृणा करता है ।

सचारी भावों का विकास और विभेदीकरण—सचारी-भावों को समझने के लिए अब तक उनके विभिन्न पक्षों और उनके पारस्परिक सम्बन्धों पर विचार किया जा चुका है । अब एक प्रश्न का उत्तर देना और रह जाता है सचारीभाव जन्मजात होते हैं या उन्हें अर्जित किया जाता है ? यह प्रश्न विवादग्रस्त है । यदि सचारीभाव जन्मजात होते हैं तो बच्चों में उनके लक्षण मिलने चाहिए । नवजात बच्चों के व्यवहार के अवलोकन से पता चला है कि उनमें केवल 'उद्दीपन' मात्र ही होता है । तीन महीने बाद उस उद्दीपन में परेशानी और प्रसन्नता ये दो विशेषताएँ आ जाती हैं । बच्चे के विकास के साथ-साथ 'परेशानी' से क्रोध, घृणा, डर और फिर ईर्ष्या उत्पन्न होती है । 'प्रसन्नता' से उत्फुल्लता और अनुराग और बाद में हर्ष प्रकट होने लगता है ।

सचारी भावों के विकास पर शारीरिक परिपक्वता और अनुभवों का बहुत प्रभाव पड़ता है । परिपक्वता के साथ सचारीभावों के प्रकट करने के ढंग में भी परिवर्तन होता जाता है । बच्चा अपना क्रोध रोककर और हाथ-पाँव पटक-पटक

कर प्रदर्शित करता है किन्तु वयस्क आँखें लाल करके या बातचीत से । सचारी-भावों के जन्मजात न होने के अनेक प्रमाण हैं । बच्चे आग या साँप से नहीं डरते किन्तु सापेक्षीकरण और शिक्षा द्वारा उनमें डर उत्पन्न हो जाता है । इससे साबित होता है कि सचारीभाव सीखे और शिक्षा द्वारा अर्जित किए जाते हैं । प्रयोगों द्वारा यह भी पता चला है कि सचारीभावों में होने वाले आन्तरिक परिवर्तनों पर भी सीखने का प्रभाव पड़ता है जिससे दो व्यक्तियों के एक ही सचारीभाव से होने वाले आन्तरिक परिवर्तनों में अन्तर होता है ।

सचारीभावों का कोई विशुद्ध रूप न होने से उनका वर्गीकरण नहीं किया जा सकता । चित्र ५३ को देखिए । यह मुद्रा उत्सुकता, कौतूहल और आश्चर्य तीनों सचारीभावों की हो सकती है । सचारीभावात्मक अनुभव में बहुत से सचारीभाव मिले रहते हैं । हम खेल में जीत जाते हैं किन्तु हमें गहरी चोट भी लग जाती है । उस अवसर पर हमारे अन्दर जीतने के गर्व और चोट लगने के दुख का मिश्रित संचारीभाव होता है । परेशानी डर की और खिन्नता क्रोध की हल्की प्रतिक्रिया होती है । इसी प्रकार घृणा, उद्विग्नता, प्रेम, करुणा आदि भी मिश्रित सचारीभाव होते हैं ।



चित्र ५३

संचारीभावों में व्यक्तिगत भेदों का कारण सामान्यतः आनुवंशिकता (heredity) में माना जाता है । इस सम्बन्ध में कैल्विन हॉल ने सफेद

चूहो पर प्रयोग करके परीक्षा की। अत्यधिक सचारीभावात्मक क्षमता रखने वाले और विल्कुल न रखने वाले सफेद चूहो की संतान की सचारीभावात्मक क्षमता का कई पीढ़ियों तक अध्ययन किया गया। परीक्षाओं से पता चला कि चूहो की संतान की सचारीभावात्मक क्षमता पर आनुवंशिक या पैतृक प्रभाव नहीं पड़ा।

व्यक्ति की सचारीभावात्मक क्षमता पर उसके परिवेश का प्रभाव अवश्य पड़ता है। परीक्षाओं द्वारा यह पता चला है कि जो व्यक्ति बचपन में बहुत बीमार रहा करते हैं उनका स्वभाव आगे चलकर चिड़चिड़ा बन जाता है और वे जल्द क्रोधित और भयभीत होने लग जाते हैं।

सचारीभाव और बीमारियाँ—चिकित्सको की खोजों से यह सिद्ध हो चुका है कि सचारीभाव पेट सम्बन्धी बहुत से रोगों का कारण होते हैं। यह देखा जा चुका है कि डर, शोक आदि में पेट की क्रिया ठीक तरह से नहीं होती और वह कब्ज या आंत सम्बन्धी अनेक रोगों का कारण बन सकती है। आन्तरिक रोगों के अतिरिक्त सचारीभावों का प्रभाव मानसिक स्वास्थ्य पर भी पड़ता है। सचारीभावों का परिवेश से उचित नियमन न कर सकने पर व्यक्ति में अनेक मानसिक विकार उत्पन्न हो सकते हैं। वह पागल या चिड़-चिड़ा बन सकता है। उसके मन में अज्ञात भय और शकाएँ धर कर सकती हैं जिनका प्रभाव पारिवारिक, दैनिक और सामाजिक जीवन पर पड़ता है।

सचारीभावों का उचित निर्माण—शारीरिक और मानसिक स्वास्थ्य दोनों के लिए सचारीभावात्मक प्रतिक्रिया का उचित निर्माण करने की आवश्यकता पड़ती है। मनुष्य की सचारीभावात्मक समस्याओं का आदि उसके प्रारम्भिक जीवन के इतिहास में होता है। बचपन में जिस उत्तेजना के प्रति जैसी सचारीभावात्मक प्रतिक्रिया अर्जित कर ली जाती है वह बाद के पूरे जीवन पर प्रभाव डालती रहती है। बच्चे अपनी सचारीभावात्मक प्रतिक्रिया अपने माँ-बाप की प्रतिक्रियाओं का अनुकरण करके सीखते हैं। माँ-बाप जिस बात पर हर्षित होते हैं बच्चा भी उसी बात पर हर्षित होना सीख जाता है। जैसी सचारीभावात्मक प्रतिक्रियाएँ माँ-बाप की होती हैं वैसी ही उनके बच्चों की बन जाती हैं। हिन्दू माँ-बाप अपने बच्चों को 'हौआ' से डराकर, उनके सामने गाली-गलौज और अश्लील मजाक करने से बाज न आकर उनकी सचारीभावात्मक प्रतिक्रिया को ऐसा बना देते हैं जिससे वे बड़े होकर निहायत बदगऊँ, उजड़, भेंपू, गन्दे, अश्लील और आत्म-सम्मान को बँच देने वाले बन जाते हैं।

हिन्दू समाज की असंख्य सचारीभावात्मक समस्याएँ उसकी कुरीतियों, बाल-विवाह, जाति विभेद आदि जैसी अनेक सड़ी हुई प्रथाओं का परिणाम है जिससे भारतीय बच्चे ऐसे गन्दे और दूषित वातावरण में पलते हैं जो उनकी सचारीभावात्मक प्रतिक्रियाओं को भ्रष्ट कर देने में अत्यधिक सहायक बनता है। यदि हिन्दू-समाज अपनी सचारीभावात्मक समस्याओं को सुलझाना चाहता है (मुझे तो इसमें सन्देह है) तो शिक्षा में सुधार करने या योजनाएँ बनाने से पहले घर-घर का वातावरण ऐसा बनाना पड़ेगा जिसमें बच्चों की संचारी-भावात्मक प्रतिक्रियाओं का निर्माण स्वस्थ और समुन्नत हो सके। सत्यनारायण की कथा सुनने या ठाकुर जी को भोग लगाने से समस्याएँ नहीं सुलझती।

सचारीभावात्मक प्रतिक्रिया का उचित निर्माण करने के लिए परिवेश से अवाछित उत्तेजनाओं को हटा देना चाहिए जिससे उनसे सचारीभावात्मक सम्बन्ध न बन सके। सचारीभावात्मक प्रतिक्रिया के निर्माण का तात्पर्य सस्कृति और सभ्यता को उन्नत बनाने वाली उत्तेजनाओं और मानवोचित गुणों से मनुष्य का रागात्मक सम्बन्ध स्थापित करवाना है और उसे स्वार्थ-परायण मूड से निकाल कर समाज-सापेक्ष मूड बनाने में सहायता देना है। हमें आदर्श का ढिंढोरा पीटने वालों की जरूरत नहीं है; जरूरत तो है आदर्श को चरितार्थ करने का उपाय बताने वालों की।

सचारीभावों के प्रदर्शन का सामाजिक महत्व होता है इसलिए सचारी-भावों का प्रदर्शन उचित ढंग से कर सकने की कला सीखना चाहिए। सचारी-भावों का दमन नहीं करना चाहिए क्योंकि उनका दमन मानसिक स्वास्थ्य और सतुलन के लिए अहितकर होता है और उससे मानसिक विकार पैदा हो जाते हैं। गुस्से को पीना नहीं चाहिए, थूक देना चाहिए लेकिन थूकना जरा ढग से चाहिए जिससे वह कहीं अपने ऊपर ही न गिर पड़े।

लिबिडो (libido)—फ्रायट और अन्य मनोविश्लेषकों ने व्यक्ति की केन्द्रीय रागात्मक शक्ति को लिबिडो नाम दिया है। लिबिडो की धारणा अत्यन्त विवादग्रस्त है। कुछ लोग उसे कामशक्ति समझते हैं, कुछ जीवनेच्छा शक्ति और शेष सुखेच्छा शक्ति। किन्तु इतना सब स्वीकार करते हैं कि लिबिडो एक प्रकार की ऐसी शक्ति, प्रभाव या राग होता है जो किसी भी जन्मजात या अर्जित प्रेरक से सम्पर्क रख कर या उसके द्वारा प्रवाहित होकर उसे और सशक्त बना देता है। रागात्मकता के विकास की विभिन्न अवस्थाओं में लिबिडो का बड़ा महत्व है।

रागात्मकता की अवस्थाएँ : मौखिक अवस्था (Oral stage)—मनोविश्लेषकों के अनुसार मामूली शारीरिक क्रियाओं द्वारा सुख पाना रागात्म-

कर्ता के विकास का प्रारम्भिक रूप होता है। बच्चे को गर्म रहने, सूखे बिस्तर पर सोने, दूध पीने, अँगूठा चूसने आदि क्रियाओं से जो सुख मिलता है उनसे उसका रागात्मक सम्बन्ध बन जाता है। इसे रागात्मकता की मौखिक अवस्था इसलिए कहा जाता है क्योंकि बच्चे के पास सुख पाने का प्रमुख साधन उसका मुँह होता है।

नार्सीससीय अवस्था (Narcissistic stage)—बड़ा होने पर बच्चा जब अपने-पराए का भेद समझने लग जाता है तो उसके लिबिडो (libido) का प्रवाह मौखिक और शारीरिक स्तर के सुख से हटकर अपनत्व के सुख की ओर होने लगता है। यह रागात्मक विकास की दूसरी अवस्था होती है जिसे नार्सीससीय अवस्था कहा जाता है। ग्रीक पौराणिक कथाओं के अनुसार नार्सीसस एक सुन्दर युवक था जो फौवारे के पानी में अपने प्रतिबिम्ब को देखकर अपने ही रूप पर मोहित हो गया था। रागात्मकता की इस अवस्था के बाद बच्चा दूसरो जैसे भाई-बहनो, सखा-साथियो और विशेषकर माँ-बाप के प्रति निश्चित रागात्मक सम्बन्ध रखना प्रारम्भ करता है। लड़के के लिबिडो की अधिक मात्रा मात्रोन्मुख और लड़की की पित्रोन्मुख होती है। लड़का अपनी माँ को और लड़की अपने पिता को ज्यादा चाहती है। बारह-तेरह साल के लगभग युवावस्था आने पर दूसरो के प्रति रागात्मक सम्बन्ध अधिक सक्रिय हो जाता है। पहले तो लिबिडो का सम्बन्ध अपने ही सेक्स के लोगो से ज्यादा होता है। यह सजातीय सेक्स (homosexual) अवस्था होती है। इसके बाद विजातीय सेक्स (heterosexual) की अवस्था आती है जिसमें लिबिडो का सम्बन्ध अपने से विपरीत सेक्स के लोगो से ज्यादा हो जाता है। लड़का लड़की की और लड़की लड़के की ओर आकृष्ट होने लगती है।

श्रेयसीकरण (sublimation) और स्थायीकरण (fixation)—लिबिडो का प्रवाह समाज स्वीकृत दिशाओं में होना श्रेयसीकरण कहलाता है। आजन्म ब्रह्मचर्य का पालन करना, समाज-सेवा या समाज स्वीकृत कोई अन्य काम में अपनी सम्पूर्ण रागात्मक शक्ति लगा देना लिबिडो के श्रेयसीकरण (sublimation) के उदाहरण हैं। किन्तु श्रेयसीकरण की अवस्था में भी लिबिडो की कुछ मात्रा पुराने मार्गों से प्रवाहित होती रहती है जिससे प्रकृत ब्रह्मचारी या समाजसेवक भी खाने-पीने और शारीरिक सुख के रूपों में आनन्द लेते रहने की क्षमता रखता है।

किन्तु जब लिबिडो किसी पुराने मार्ग से ही इतनी अधिक मात्रा में प्रवाहित होने लगता है कि व्यक्ति के विकास और सतुलित व्यवहार में बाधा

पडने लगती है तो इसे लिबिडो का स्थायीकरण (fixation) होना कहा जाता है । लिबिडो का स्थायीकरण रागात्मक विकास की किसी भी अवस्था पर हो सकता है ।

काम्प्लेक्स (Complexes)—कभी कभी केन्द्रीय प्रेरको के कुदिशान्तरित हो जाने से जो रागात्मक अनुभव, विचार और इच्छाएँ बनती हैं उन्हें काम्प्लेक्स कहा जाता है । सामान्यतः लिबिडो के हर स्थायीकरण के पीछे कोई न कोई काम्प्लेक्स अवश्य होता है । फ्रिन्क ने काम्प्लेक्स की परिभाषा यो दी है : “तीव्र रागात्मकता लिए हुए सम्बद्ध विचारों की एक व्यवस्था जो हमारे चेतन-व्यवहार और चिंतन पर प्रभाव डालकर उन्हें एक निश्चित और पूर्व निर्धारित दिशा की ओर ले जाती है ।” फ्रायड और अन्य लोगो ने अधिकांश काम्प्लेक्सों को अचेतन माना है । काम्प्लेक्सों में अन्तर्निहित अचेतन इच्छाएँ हमारे चेतन नैतिक आदर्शों से टकराती हैं और हमारे व्यवहार और चिंतन को प्रभावित करती हैं ।

हमारे अनुभव सम्बद्ध विचारों का स्कन्ध (constellation) बन जाया करते हैं । प्रेम, मित्रता, साहित्यानुराग के बिखरे अनुभव अपने-अपने स्कन्धों से गुंफित होते चले जाते हैं । अनुभव के हर स्कन्ध की अपनी अलग रागात्मक विशेषताएँ होती हैं जो अपने स्कन्ध से सम्बन्धित किसी अनुभव के होने पर प्रकट होती हैं जैसे किसी लड़की से प्रेम करने, साहित्यानुशीलन में आनन्द लेने, या मित्रों के साथ तफरीह करने पर । इस प्रकार काम्प्लेक्स किसी वस्तु या विचार के प्रति होने वाले रागात्मक अनुभवों द्वारा स्थापित निर्धारक प्रवृत्तियों का एक स्कन्ध होता है जो सब मानवी प्रतिक्रियाओं या उनमें से किसी एक पर प्रभाव डाल सकता है ।

स्वस्थ और अस्वस्थ काम्प्लेक्स—काम्प्लेक्स दैनिक अनुभव का अंग होते हैं । कुछ मनोविज्ञानी काम्प्लेक्स की धारणा का महत्व केवल अप्रकृत व्यवहार को समझने के लिए ही स्वीकार करते हैं । किन्तु यह न्याय-सगत नहीं है । हो सकता है कि व्यवहार अप्रकृत हो किन्तु उसका उत्पादन किसी ऐसे काम्प्लेक्स से हुआ हो जो कार्यतः प्रकृत हो । अशिक्षित माँ अपने बच्चे के स्वास्थ्य के लिए टोना-टोटका कर सकती है जो माँ का बच्चे के प्रति स्वाभाविक और प्रकृत काम्प्लेक्स (स्नेह) से प्रेरित होने वाला अप्रकृत व्यवहार है । काम्प्लेक्स अस्वस्थ (morbid) या तो अपनी कार्यात्मक शैली से होता है या अपने स्वरूप से । आत्मक्षुद्रता और सामाजिक हीनता से प्रभावित काम्प्लेक्स कार्यतः प्रकृत होने पर भी व्यक्ति के अन्दर हीनता की भावना उत्पन्न करके उसकी वास्तविक कार्यक्षमता और कुशलता में बाधा डालता है ।

ऐसी दशा में व्यवहार के अप्रकृत होने का कारण काम्प्लेक्स के स्वरूप के अस्वस्थ (morbid) होने में होता है। इसी प्रकार काम्प्लेक्स का स्वरूप स्वस्थ होने पर भी उससे प्रेरित व्यवहार अप्रकृत हो सकता है। इतना अवश्य है कि काम्प्लेक्स का स्वरूप और कार्यात्मक शैली दोनों प्रायः अस्वस्थ ही होते हैं।

काम्प्लेक्स कैसे बनते हैं—काम्प्लेक्सों के निर्माण में चिंतन आदि ज्ञानात्मक व्यापारों का हाथ रहता है। किन्तु चिन्तन का रूप कल्पना प्रधान अधिक होता है। काम्प्लेक्स बनने के पीछे तार्किकता हो सकती है किन्तु वह मुख्यतः दिवास्वप्नों (daydreams) के रूप में होती है। व्यवहार के जिन प्रेरकों का नैतिक आदर्शों से विरोध होने लगता है उनकी कार्यशक्ति में रुकावट पड़ती है या उनका शमन (repression) हो जाता है। शमन हो गई प्रवृत्तियाँ दिवास्वप्नों के रूप में चेतन स्तर तक आकर काम्प्लेक्स बनाने में अपना योग देती हैं। अपने दोषों, परेशानियों, कमियों आदि पर अस्वस्थ रूप से ज्यादा अन्तर्निरीक्षण करने वाले व्यक्ति का प्रकृत सज्ञात्मक (perceptual) दृष्टिकोण बदल जाता है और वह ससार को गलत ढंग से देखने लगता है। यह नहीं समझना चाहिए कि नैतिक आदर्शों से विरोध रखने वाले सब प्रेरकों का अन्तःकाम्प्लेक्स निर्माण में ही होता है। उनमें से बहुतों का तो लोप हो जाता है। कुछ काम्प्लेक्स, जिन्हें हम पसन्द नहीं करते या जो लज्जास्पद होते हैं, अक्षुण्ण रहते हैं। किन्तु अनुभव के साथ साथ दृष्टिकोण में परिवर्तन होने से उनकी अप्रियता बहुत कुछ कम हो सकती है।

बहुत से मनोविश्लेषक कुछ काम्प्लेक्सों के निर्माण को जन्मत निर्धारित मानते हैं। हर व्यक्ति को आनुवंशिक रूप में कुछ ऐसी प्रवृत्तियाँ प्राप्त होती हैं जो कुछ काम्प्लेक्सों के निर्माण में सहायक बनती हैं और उन्हें अचेतन रूप से संचालित भी करती हैं। इस प्रकार कुछ काम्प्लेक्सों का निर्माण बिल्कुल अचेतन रूप से हो जाता है।

इडिपस काम्प्लेक्स (Oedipus complex)—एक ऐसे ही अचेतन काम्प्लेक्स को फ्रायड ने इडिपस काम्प्लेक्स नाम दिया है। ग्रीक पौराणिक कथाओं के अनुसार इडिपस जोकस्टा से उत्पन्न थीबीज के राजा लेअस का पुत्र था। उसके पैदा होने पर ज्योतिषी ने यह बताया कि वह अपने बाप की हत्या कर अपनी माँ से शादी करेगा। इस डर से राजा ने उसे मर जाने के लिए एक पहाड़ पर फेंकवा दिया। कोरिन्थ राज्य का एक चरवाहा इडिपस को पहाड़ से उठाकर अपने देश के राजा पालीवस के पास ले गया। पालीवस

न इडिपस को अपने पुत्र के समान पाला पोसा। बड़े होने पर इडिपस को ज्योतिषी की भविष्यवाणी पता चली और वह पालीबस को अपना सगा बाप समझकर पितृहत्या के पाप से बचने के लिए कोरिन्थ देश को छोड़कर चल दिया। रास्ते में वह अपने वास्तविक पिता थीबीज के राजा से मिला और कुछ कहा-सुनी होने पर इडिपस ने थीबीज के राजा (और अनजाने में अपने सगे बाप) का वध कर डाला। थीबीज राज्य उस समय स्फिन्क्स (Sphinx) नामक दानवी के अभिशाप से ग्रस्त था, इसलिए वहाँ के निवासियों ने यह घोषणा कर रखी थी कि जो व्यक्ति थीबीज को अभिशाप से मुक्त करेगा उसे राज्य के साथ-साथ रानी भी पत्नी रूप में मिलेगी। रानी का नाम जोकस्टा था जो इडिपस की सगी माँ थी। किन्तु इडिपस इस बात को नहीं जानता था। इडिपस ने थीबीज को अभिशाप से मुक्त कराया, वहाँ का राजा बना और अनजाने में सगी माँ को अपनी पत्नी बनाया और उससे चार बच्चों का बाप बना। उसके इस पाप के कारण थीबीज में भयंकर महामारी फैली और तब इडिपस को ज्योतिषी द्वारा वास्तविक स्थिति का पता चला। जोकस्टा ने तो फाँसी लगा ली और इडिपस ने अपनी आँखें निकाल ली और जंगलों में भटकते हुए मार डाला गया।

लडके का अपनी माँ के प्रति जो अतिशय राग होता है उसके कारण उसके लिबिडो (libido) का स्थायीकरण (fixation) माँ पर हो जाता है। इस स्थायीकरण के परिणाम-स्वरूप लडका अपनी माँ के ध्यान और प्यार को पूरी तरह से पाना चाहता है लेकिन वह देखता है कि माँ पर उसके पिता का प्रभाव अधिक होने से ऐसा नहीं हो पाता। इससे लडके में अपने पिता के प्रति द्वेष और प्रतियोगिता की भावनाएँ पैदा होती हैं। किन्तु उस समय लडके के पास अपनी भावनाओं का हल करने का केवल एक ही उपाय होता है—उनका शमन (repression) करना। इस प्रकार लिबिडो का स्थायीकरण माँ पर होने से बच्चे के अन्दर अचेतन रूप से अपने माँ-बाप के प्रति जो रागात्मक भाव बनते हैं उन्हें इडिपस की कहानी के रूपक के आधार पर ही इडिपस काम्प्लेक्स नाम दिया गया है।

इसी प्रकार पिता के प्रति लडकी के जो भाव बनते हैं उन्हें इलेक्ट्रा काम्प्लेक्स (Electra complex) कहा गया है। इलेक्ट्रा की कहानी इडिपस की कहानी के समतुल्य न होते हुए भी व्याख्या की सुविधा के लिए स्वीकार कर ली गई है। इलेक्ट्रा एगामेग्नन की लडकी थी। उसकी माँ ने उसके पिता का वध कर डाला था और उसके भाई ओरेस्टीज का वध करने की योजना भी

बनाई थी। किन्तु इलेक्ट्रा ने अपने भाई की जान बचा ली और भाई को माँ से पिता की मृत्यु का बदला लेने को उकसाया और सहायता दी।

यह काम्प्लेक्स प्रकृत-अप्रकृत हर व्यक्ति के अचेतन मन में विकसित होने वाले जातीय सस्कार होते हैं। लिबिडो के स्थायीकरण से काम्प्लेक्सों का कार्य अस्वस्थ और कुदिशान्तरित हो जाता है। स्थायीकरण के अभाव में प्रकृत रूप से युवावस्था आने पर इडिपस और इलेक्ट्रा काम्प्लेक्सों की कार्यशक्ति नष्ट हो जाती है और वे व्यक्ति के सतुलित और प्रकृत व्यवहार में बाधक नहीं बनते।

द्वन्द्व (Conflicts)—मानसिक द्वन्द्व से कोई भी मनुष्य नहीं बचा है। द्वन्द्व व्यवहार के प्रेरकों की पारस्परिक स्पर्धा के कारण होते हैं। द्वन्द्व काम्प्लेक्सों के कारण होते भी हैं और उन्हें पैदा भी करते हैं। सच तो यह है कि हर द्वन्द्व के पीछे प्रायः कोई न कोई काम्प्लेक्स रहता है। अर्जुन ने रणभूमि में पहुँचकर यह देखा कि चारों ओर उसके सगे-सम्बन्धी खड़े हैं। उसके सामने एक ओर तो सगे को न मारने का प्राचीन नैतिक आदर्श था और दूसरी ओर क्षात्रधर्म के पालन का आदर्श था। दोनों ही उसे अपनी अपनी ओर खींचने लगे। बस उसके मन में द्वन्द्व छिड़ गया। अर्जुन की भाँति हम सभी के मन में सामाजिक, आर्थिक और व्यक्तिगत समस्याओं के कारण अनेक प्रकार के द्वन्द्व होते रहते हैं। द्वन्द्व दो प्रतियोगी इच्छाओं में भी हो सकता है और कामों में भी। अगले अध्याय में यह देखा जायगा कि द्वन्दात्मक अवस्था में व्यक्ति किस तरह सतुलित प्रतिक्रियाएँ करने की चेष्टा करता है? द्वन्द्वों को शांत करने के लिए क्या करता है? और द्वन्द्वों से उसकी प्रतिक्रियाओं के रूप प्रकृत और अप्रकृत कैसे बन जाते हैं?

प्रतिक्रियाओं के रूप

इस बात की ओर लगातार सकेत किया जाता रहा है कि व्यक्ति अपने व्यवहार द्वारा किसी न किसी स्थिति से अपना सतुलन करने की चेष्टा करता है। व्यक्ति की प्रत्येक प्रतिक्रिया किसी परिस्थिति से सतुलन करने का परिणाम होती है। प्रत्येक प्रतिक्रिया के पीछे कोई न कोई प्रेरक अवश्य होता है। प्रेरकहीन प्रतिक्रिया की कल्पना कर सकना मुश्किल है। व्यक्ति की प्रतिक्रियाओं का अध्ययन करने से हमें उसके स्थायीभावों (sentiments), प्रवृत्तियों तथा रुचियों का पता चलता है जिससे हम उसके मानसिक संगठन की उस विशेषता को जान सकने में समर्थ होते हैं जो मनोविज्ञान के अध्ययन का प्रमुख लक्ष्य है।

मनुष्य की अनेक प्रतिक्रियाएँ किसी न किसी कठिनाई का सामना करने का परिणाम होती हैं। सोना, खाना, कपड़े पहनना, नहाना, टहलना आदि क्रियाओं के अतिरिक्त वह और भी अनेक क्रियाएँ करता रहता है। उपर्युक्त क्रियाओं में चाहे वह प्रकट रूप से कठिनाइयों का सामना भले ही न करता हो किन्तु उनके अतिरिक्त वह जो भी क्रियाएँ करता है वे किसी न किसी कठिनाई के प्रति ही की गई होती हैं। कठिनाइयों का सामना करने के लिए वह प्रतिक्रियाएँ किस प्रकार करता है? इससे उसकी सतुलन करने की शक्ति का पता चलता है। अगर मानवी प्रेरक न होते तो मनुष्य के लिए जीवन में कोई कठिनाई भी न होती क्योंकि कठिनाई वह चीज होती है जो प्रेरक में बाधक बनती है। मनुष्य जो कुछ करना चाहता है उसमें बाधक बनने वाली बातें उस मनुष्य की कठिनाइयाँ होती हैं। कठिनाई आन्तरिक भी हो सकती है और बाह्य भी। इसलिए हम कठिनाइयों का वर्गीकरण आन्तरिक तथा बाह्य कठिनाइयों में कर सकते हैं।

आन्तरिक कठिनाइयाँ—आन्तरिक कठिनाइयाँ दो तरह से पैदा हो सकती हैं : (१) व्यक्तिगत दोष के कारण प्रेरकों में बाधा पड़ने से; या (२) अन्य प्रतिद्वन्दी प्रेरकों के कारण किसी उद्देश्य में बाधा पड़ने से। मान लीजिए कोई लँगडा लड़का किसी ऐसे विद्यालय में पढ़ने जाय जहाँ खेल कूद को

बहुत महत्व दिया जाता हो। लँगड़े की इच्छा भी खेल-कूद में भाग लेकर शाबासी पाने की होती है किन्तु वह अपने शारीरिक दोष के कारण खेल-कूद में भाग नहीं ले पाता जिससे उसकी खेल-कूद की प्रवृत्ति के पूरा हो सकने में बाधा पड़ती है। यहाँ लँगड़ापन उस लड़के की उद्देश्यपूर्ति में शारीरिक दोष से पैदा होने वाली आन्तरिक कठिनाई होगी जिसका असर उसके सतुलन कर सकने पर या न कर सकने पर पड़ेगा। किन्तु अपनी शारीरिक बाधा को आन्तरिक या बाह्य कठिनाई समझना लड़के के व्यक्तिगत दृष्टिकोण पर भी निर्भर होगा।

व्यक्तिगत दोष वास्तविक भी हो सकते हैं और काल्पनिक भी। कुछ लोग आया अवसर हाथ से इसलिए खो बैठते हैं कि वे अपने को गरीब घर का या मन्दबुद्धि माँ-बाप का लड़का समझते हैं। लेखक का एक विद्यार्थी औसत बुद्धि का होते हुए भी इन्टरमीडियेट परीक्षा में इसलिए सफल न हो सका कि वह अपने को मन्दबुद्धि माँ-बाप की सन्तान होने के कारण हीनता काम्प्लेक्स (inferiority complex) का स्थायी शिकार बन चुका था। हीनता की भावना, चाहे उसके पैदा होने का कोई भी कारण क्यों न हो, व्यक्ति के उत्साह को भग कर उसे निष्क्रिय बना देती है।

आन्तरिक कठिनाई या बाधा दो उद्देश्यों के परस्पर प्रतिद्वन्द्वी बन जाने से भी पैदा होती है। जब दो प्रतिद्वन्द्वी उद्देश्य एक साथ ही सक्रिय हो जाते हैं तब एक ऐसी मानसिक अवस्था पैदा हो जाती है जिसे मानसिक द्वन्द्व (mental conflict) कहा जाता है। मानसिक द्वन्द्व दैनिक जीवन की साधारण घटना है। जब व्यक्ति का कोई तीव्र उद्देश्य या परिस्थिति उसे उसके आत्मनिर्धारित आदर्शों के प्रतिकूल चलने को विवश करने लगती है तब मानसिक द्वन्द्व होता है। जो लोग अपना आत्म-निर्धारण (ego-identification) सच बोलने से कर लेते हैं उन्हें झूठ बोलने पर ऐसा लगता है मानो उनका मानसिक विच्छेद हो रहा हो और तब वे तीव्र मानसिक द्वन्द्व का अनुभव करते हैं।

यद्यपि मानसिक द्वन्द्व विशेषतः व्यक्तिगत और सामाजिक उद्देश्यों के बीच हुआ करता है किन्तु वह व्यक्ति के दो प्रतिद्वन्द्वी उद्देश्यों से भी हो सकता है। डर और क्रोध, सेक्स और रागात्मक भावना और व्यक्ति की विभिन्न प्रवृत्तियों में भी द्वन्द्व हो सकता है। व्यक्तिगत स्वतन्त्रता में बाधक बनने वाली सामाजिक बातें ही मानसिक द्वन्द्व उत्पन्न करने का कारण नहीं होती; द्वन्द्व व्यक्ति की अपनी विरोधी भावनाओं से भी उत्पन्न होता है। रणक्षेत्र में अर्जुन के अन्दर मानसिक द्वन्द्व उसकी दो विरोधी भावनाओं से उत्पन्न हुआ था। एक ओर तो क्षात्रधर्म का पालन करने की भावना थी

जिससे वह अपने ही सगे-सम्बन्धियों का हत्यारा बनता था और दूसरी ओर सगे-सम्बन्धियों की हत्या न करने की भावना थी जो उसके क्षात्रधर्म-पालन में बाधक बन रही थी ।

वाह्य कठिनाइयाँ—व्यक्ति की उद्देश्यपूर्ति में बाधक बननेवाली बहुत सी कठिनाइयाँ परिवेश में होती हैं । कानून का डर लोगों की असामाजिक प्रवृत्तियों में बाधा डालता है । बेकारी मनुष्य के लिए उसके बाल-बच्चों के लालन-पालन में कठिनाई पैदा करती है । पत्नी की उपस्थिति पति के व्यभिचार के खुले मार्ग का रोड़ा होती है । समाज ने मनुष्य की अवाछनीय प्रवृत्तियों पर रोक लगाने के लिए दण्ड का विधान कर रखा है । इस प्रकार मनुष्य का जीवन तरह तरह की पारिवेशिक कठिनाइयों या बाधाओं से घिरा रहता है और वह या तो उन्हें अपने मार्ग से हटाने का प्रयत्न करता है या फिर उनसे अपना सतुलन कर लेता है ।

किंतु अप्रकृत (abnormal) व्यवहार में जितना हाथ व्यक्ति की आन्तरिक बाधाओं का होता है उतना वाह्य बाधाओं का नहीं होता । व्यक्ति इन बाधाओं को सुलभाने के लिए अनेक प्रकार से प्रतिक्रियाएँ करता है । आगे यह स्पष्ट हो जायगा कि व्यक्तित्व का विकार एक बिना हल की गई कठिनाई ही होती है और न्यूरोटिक या साइकोटिक क्रिया उस कठिनाई को हल करने का एक अविच्छिन्न तथा असफल प्रयत्न होती है । अब कठिनाई हल करने के लिए व्यक्ति द्वारा की जाने वाली पहले सतुलित या प्रकृत (normal) प्रतिक्रियाओं और उसके बाद असतुलित या अप्रकृत (abnormal) प्रतिक्रियाओं पर विचार किया जायगा ।

संतुलित प्रतिक्रियाएँ

१—प्रत्यक्ष चूक-चेष्टा (explicit trial and error)—चूक और चेष्टा द्वारा समस्या का समाधान करने पर सीखने के प्रसंग में और कहीं पर्याप्त प्रकाश डाला जा चुका है । चूक-चेष्टा संतुलित या प्रकृत (normal) प्रतिक्रिया का सबसे अच्छा तरीका है । जब किसी उद्देश्य की पूर्ति में कोई बाधा पड़ती है तो व्यक्ति स्थिति से अपना सतुलन करने के लिए चूक-चेष्टा का सहारा लेता है । मान लीजिए कोई लड़का पेड़ पर लगे पके आम देखता है, और उसमें उन आमों को खाने का उद्देश्य जाग्रत होता है । किन्तु आम पहुँच के बाहर होने से उसके उद्देश्य-पूर्ति में बाधा पड़ती है । लड़का आम पाने के लिए जो प्रतिक्रियाएँ करेगा वे उसकी एक विषम स्थिति से अपना सतुलन कर सकने की क्षमता पर निर्भर होगी । मान लीजिए कि लड़का पेड़

के नीचे बैठकर रोने लगता है। उसकी यह क्रिया न तो चूक-चेष्टा के स्तर की होगी और न स्थिति से संतुलन करने की दिशा में ही। यहाँ उसके उद्देश्य की बाधा रोने की असंतुलित प्रतिक्रिया द्वारा व्यक्त होने लगती है और स्थिति से उसका संतुलन नहीं करा पाती। ऐसे लड़के को मूर्ख ही कहा जायगा।

अब मान लीजिये उसी उम्र का एक दूसरा लड़का भी आम देखता है और वह बैठकर रोने की अपेक्षा एक डडा लेकर आमों को तोड़ने की कोशिश करता है। डडा छोटा पड़ता है इसलिये वह लड़का डडे से कोशिश करना छोड़कर पेड़ पर चढ़ने लगता है किन्तु चढ़ नहीं पाता। इस पर वह ककड मारकर आम गिरा लेने में सफल होता है। इस प्रकार वह चूक-चेष्टा द्वारा आम तोड़कर उन्हें खा सकने के उद्देश्य को पूरा करने में सफल होता है।

२—परोक्ष चूक-चेष्टा (implicit trial and error)—प्रत्यक्ष चूक-चेष्टा के अलावा समस्या समाधान में परोक्ष चूक-चेष्टा से भी काम लिया जाता है। चूक-चेष्टा के इन दोनों प्रकारों में कोई स्पष्ट विभाजन रेखा नहीं खींची जा सकती। अब मान लीजिये कि कोई तीसरा लड़का भी पेड़ पर लगे आम खाना चाहता है। वह भी पेड़ के नीचे बैठ जाता है लेकिन पहले लड़के की तरह रोता नहीं। वह एक बार आमों की ओर देखता है और फिर डडे की ओर और मन ही मन यह निर्णय कर लेता है कि डडा छोटा है। वह पेड़ की ऊँचाई और अपनी शक्ति का अनुमान करके पेड़ पर चढ़ने के विचार को भी मन ही मन अस्वीकृत कर देता है। फिर उसकी नजर ककडों की ओर जाती है और वह मन ही मन में उन्हें मारकर आम तोड़ने का निश्चय कर लेता है।

इस प्रकार दूसरा और तीसरा दोनों लड़के आम तोड़ने के लिए चूक-चेष्टा करते हैं। अन्तर केवल इतना है कि दूसरे लड़के की चूक-चेष्टा प्रत्यक्ष होती है जिससे उसे देखा जा सकता है क्योंकि दूसरा लड़का अपने हाथ-पैरों का उपयोग करता है। तीसरे लड़के की चूक-चेष्टा परोक्ष होती है और सोच-विचार के रूप की होती है जिसे देखा नहीं जा सकता। चूक-चेष्टा का ज्यादा सफल रूप प्रत्यक्ष और परोक्ष चूक-चेष्टा (trial and error) का मेल होता है। अलग अलग व्यक्तियों में चूक-चेष्टा के उपर्युक्त किसी एक प्रकार की प्रधानता अधिक हो सकती है। बहिर्मुखी (extravert) व्यक्ति में प्रत्यक्ष चूक-चेष्टा और अन्तर्मुखी (introvert) व्यक्ति में परोक्ष चूक-चेष्टा की प्रधानता होती है।

चूक-चेष्टा के प्रत्येक रूप के पीछे मनुष्य की बुद्धि रहती है जो उसके पास स्थिति से अपना संतुलन कर सकने का सबसे उत्तम साधन होती है।

जहाँ बाह्य कठिनाई से संतुलन करने के लिए चूक-चेष्टा से काम लिया जाता है वहाँ मानसिक सघर्ष की स्थिति से सतुलन करने के लिए अवरोध (inhibition) से काम लिया जाता है। चूक-चेष्टा में देर लगती है और मानसिक सघर्ष की स्थिति में तत्काल सतुलन करने की जरूरत होती है इसलिए चूक-चेष्टा की जगह अवरोध की जरूरत पड़ती है।

३—अवरुद्ध प्रतिक्रियाएँ (inhibitory reactions)— दैनिक जीवन में विभिन्न ग्राहकों द्वारा हमें प्रतिक्षण अनेक प्रकार की उत्तेजनाएँ मिलती रहती हैं जो एक साथ ही अनेक दिशाओं में काम करने की प्रेरणा देती हैं। हम किसी समय एक ही दिशा में काम करने की प्रेरणा देने वाली विभिन्न प्रकार की प्रवृत्तियों का अवरोध (inhibition) करते रहते हैं। यह अवरोध ग्राहकों के न्यूरोनीय-सामीप्यो (synapses) पर होता है जिससे अनेक प्रतियोगी उत्तेजनाएँ हमारी न्यूरोनीय शक्ति के उस एकमार्गी प्रवाह में बाधा नहीं डाल पाती जो किसी समय एक ही दिशा में काम करते रहने के लिये बहुत जरूरी होता है। अवरोध द्वारा किसी प्रवृत्ति को कार्यान्वित होने से रोका जाता है।

अवरोध के दो पक्ष होते हैं। अवरोध से एक ओर तो प्रवृत्ति का अवरोध होता है और दूसरी ओर अवरोध-जन्य शक्ति का व्यय करने के लिये उसके निर्गम का मार्ग बनाना पड़ता है। गुस्से का अवरोध कर लेने पर एक प्रकार का मानसिक तनाव पैदा हो जाता है जिससे हमारा आन्तरिक शारीरिक प्रबन्ध थोड़ी देर के लिये अव्यवस्थित बन जाता है। इस प्रकार उस तनाव से अपना सतुलन करने के लिए हमें उसके निर्गम के लिये कोई अहानिकर उपाय ढूँढना पड़ता है। गुस्से को पी जाने की अपेक्षा उसे किसी अन्य रूप में प्रकट कर देना स्थिति के प्रति कहीं अधिक सतुलित व्यवहार करना होता है। गुस्से आदि से उत्पन्न होने वाले शारीरिक तनाव को दूर न करने से हो सकता है कि घटे आध घटे बाद सिरदर्द, कब्ज या थकान मालूम होने लगे।

किसी उत्तेजना का अवरोध करने का अर्थ उसे सदा के लिये दबा देना न होकर भविष्य में उसके फिर जाग्रत करने की सम्भावना बनाए रखना होता है। अवरोध की प्रतिक्रिया में व्यक्ति को अवरुद्ध की जानेवाली प्रवृत्ति का ज्ञान रहता है और भविष्य में उसके जाग्रत होने पर उसे उस प्रतिक्रिया से उत्पन्न होने वाला गुणात्मक (रागात्मक) अनुभव भी होता है।

चूक-चेष्टा का स्थान अवरोध के दूसरे पक्ष में होता है। अपने उद्देश्यों (motives) की अवरुद्ध-शक्ति का उचित इस्तेमाल कर सकना सीखना

पड़ता है। वैयक्तिक भेद के कारण अवरोध शक्ति का इस्तेमाल करना सीखना व्यक्तिगत स्थिति पर निर्भर करता है। यदि कोई युवक किसी कारणवश अपनी कामेच्छा का अवरोध करता है तो उसके सामने उस कामेच्छा से पैदा होने वाले तनाव को दूर करने के लिये किसी अन्य सन्तोषप्रद साधन ढूँढने की समस्या आती है और यही पर उसे चूक-चेष्टा की जरूरत पड़ती है। एक अपना तनाव गाना सुनकर, दूसरा नाच देखकर, और तीसरा प्रेम कहानियाँ पढ़कर दूर कर सकता है।

अवरोध के विषय में एक महत्वपूर्ण प्रश्न और रह जाता है। जब किसी उत्तेजना का अवरोध होता है तो उस अवरोध को करने वाली चीज क्या होती होगी? निश्चय ही कोई शक्ति या फिर और कुछ। इस प्रश्न का निर्णय कर लेना बहुत जरूरी है। अवरोध करने वाली चीज व्यक्ति के उद्देश्यों का वह संगठन होती है जो उस व्यक्ति के आत्मनिर्धारण (ego identification), जीवन की सार्थकता और व्यक्तित्व की समर्थक होती है। इसी संगठन से व्यक्ति का अहम् निर्मित होता है। व्यक्ति अपने को जो कुछ समझता है, अपने बारे में जो कुछ अनुभव करता है और अपने को जैसा बनाए रखना चाहता है, वह उसका विरोध करने वाली प्रत्येक उत्तेजना का अवरोध करता है। यदि व्यक्ति किसी प्रेरणा में बह कर अपने मन के समर्थन के प्रतिकूल क्रिया करने को विवश हो जाता है तो यह अवरोध की दशा न होकर अनायास व्यवहार की दशा कहलाती है।

एक ही उद्देश्य या प्रेरणा विभिन्न स्थितियों में व्यक्ति की अहम्-भावना के प्रतिकूल भी हो सकती है और अनुकूल भी। बच्चे द्वारा किए गये अपमान का अवरोध कर लिया जाता है किन्तु वयस्क द्वारा किए गए का नहीं। जीवन की विभिन्न कठिनाइयों का सामना करने और उनसे अपना सतुलन बनाये रख सकने में अवरोध और चूक-चेष्टा की प्रतिक्रियाएँ सबसे ज्यादा प्रकृत (normal) होती हैं। यदि व्यक्ति बचपन से वृद्धावस्था तक उन्हीं का सहारा ले तो उसके व्यक्तित्व के विकृत होकर अप्रकृत (abnormal) बन जाने की सम्भावना नहीं रहेगी। किन्तु अभाग्यवश अधिकांश लोग जीवन की कठिनाइयों का समाधान करने के लिए कुछ ऐसी प्रतिक्रियाओं का सहारा लेते हैं जो कम सतुलित होती हैं।

अर्द्ध-संतुलित प्रतिक्रियाएँ

व्यक्ति अपने जीवन का संचालन अपने कुछ आदर्शों के अनुसार करता है। अनुभव, परम्परा और अपने समाज की प्रथाओं के अनुसार वह अपने

जगत की सार्थकता प्राप्त करता है और उसी के आधार पर उसका दृष्टिकोण बनता है जो उसकी हर प्रतिक्रिया को प्रभावित करता रहता है। व्यक्ति के अधिकांश मूलभूत आदर्श उसके बचपन में ही बनते हैं जिस समय कि उसकी मानसिक क्षमताओं का पूर्ण विकास भी नहीं हो सका होता है इसलिए यह कोई आश्चर्य की बात नहीं है कि प्रारम्भिक अवस्था में बन चुके आदर्श बाद में व्यक्ति के लिये घातक साबित होने लग जाते हैं।

यदि व्यक्ति के आदर्शों का निर्माण समाज के समर्थन के अनुकूल होता है तो व्यक्ति में अपने प्रति एक पक्की निष्ठा, पूर्णता और परिवेश तथा अन्य लोगों से सम्बन्धित होने की भावना आ जाती है। जिस व्यक्ति का आदर्श उसकी सामाजिक परम्परा के प्रतिकूल बनता है उसमें पक्की निष्ठा, पूर्णता और परिवेश तथा अन्य लोगों से सम्बन्धित होने की भावना नहीं आ पाती जिससे वह अपने आप को लोगों से अलग समझने लग जाता है। घोबी के घर में पैदा होने वाला लड़का यदि घोबी न बनकर डिप्टी कलेक्टर या और कुछ बनना चाहे तो उसे अपने परिवेश में बहुत से अभाव मिलेंगे। अपने लोगों के अलावा जब वह अन्य सुशिक्षित लोगों के बीच में जायगा तो उसमें आत्मा-भाव और हीनता की भावना रहेगी।

अपने समाज और परम्परा के प्रतिकूल आदर्शों का निर्माण करने से व्यक्ति में हीनता-काम्प्लेक्स (inferiority complex) पैदा होता है। हीनता की भावना कुछ क्षमताओं, प्रवृत्तियों या प्रतिक्रियाओं तक सीमित हो सकती है या उसका सामान्यीकरण हर स्थिति के लिए हो सकता है। जो व्यक्ति बचपन में निश्चित आदर्शों का निर्माण नहीं कर पाता उसमें वयस्क होने पर हीनता की भावना तो नहीं होती किन्तु उसका दृष्टिकोण कुछ अनिश्चयात्मक अवश्य बन जाता है।

हीनता-काम्प्लेक्स पैदा करने वाली कुछ सामान्य बातें—हीनता काम्प्लेक्स (inferiority complex) सदा व्यक्ति के आत्मनिर्धारण (ego-identification) के कारण नहीं होता। वह अन्य कारणों से भी होता है। अपरिवर्तनीय परिस्थितियों के कारण लड़के को कभी कभी विवश होकर अपना आत्मनिर्धारण सामाजिक परम्पराओं के अनुकूल करना पड़ता है, नहीं तो उसके परिवार के लोग उसकी उपेक्षा करने लग जाते हैं जिससे अनभिज्ञतावश लड़के को उन्हीं के निर्णयों के अनुसार चलना पड़ जाता है। इस प्रकार लड़के का आत्म असन्तोष उसमें हीनता-काम्प्लेक्स पैदा कर सकता है।

शारीरिक दोष भी चाहे वे वास्तविक हो या काल्पनिक हीनता-काम्प्लेक्स उत्पन्न करने में सहायक बनते हैं। लँगड़े-लूले, अन्धे-काने लड़के में हीनता-काम्प्लेक्स बन जाना स्वाभाविक है। किन्तु यदि लड़का बुद्धिमान हो और उसके माँ-बाप समझदार हो तो उसका आत्मनिर्धारण किसी अन्य दिशा में हो सकता है जिससे उसमें हीनता-काम्प्लेक्स बनने की सम्भावना कम हो सकती है। हीनता-काम्प्लेक्स पैदा करने में माँ-बाप की प्रवृत्ति का बड़ा असर पड़ता है। मेरे एक विद्यार्थी की नाक जरा बेडौल थी और उसके माँ-बाप उसकी नाक की तुलना सदा अन्य लड़कों की नाक से कर उसकी आलोचना किया करते थे। फलतः उस लड़के में अपने शरीर के प्रति घृणा भाव पैदा हो गया और हीनता की भावना जड़ पकड़ गई। अगर उसके माँ-बाप की प्रवृत्ति मूर्खतापूर्ण न होती तो उसमें हीनता की भावना कभी न पनप पाती।

हीनता-काम्प्लेक्स निम्न सामाजिक या आर्थिक स्तर पर होने से भी पैदा होता है। जरा सोचिए कि हिन्दू-समाज की जाति-प्रथा कितने लोगों में हीनता-काम्प्लेक्स की भावना उत्पन्न करती होगी? घर से बहुत समय तक पिता की अनुपस्थिति या बिना बाप का होना भी लड़के में हीनता-काम्प्लेक्स पैदा करने में सहायक बनते हैं। हीनता-काम्प्लेक्स को उत्पन्न करने वाले और कारण भी हैं किन्तु अब हम यह देखेंगे कि हीनता-काम्प्लेक्स से उत्पन्न होने वाली कठिनाइयों के प्रति व्यक्ति किस तरह प्रतिक्रियाएँ करता है।

४--क्षतिपूरक (compensatory) प्रतिक्रियाएँ—राबिन्सन आदि लेखकों ने मनुष्य के सारे प्रत्यक्ष व्यवहार और चिन्तन को क्षतिपूरक प्रतिक्रिया कहा है। किन्तु क्षतिपूरक प्रतिक्रियाओं का क्षेत्र इतना विशद् बना देना वर्णन और व्याख्या करने के दृष्टिकोण से निरर्थक हो जाता है। इसलिए हम क्षतिपूरक प्रतिक्रियाओं को सीमित अर्थ में ही समझने की चेष्टा करेंगे।

प्रत्येक मनुष्य के जीवन की सार्थकता अन्य बातों की अपेक्षा प्रमुख रूप से अपनी व्यक्तिगत सुरक्षा तथा अपने को दूसरों के समान समझ सकने में होती है। उसकी सारी प्रतिक्रियाओं के पीछे इन्हीं दो प्रमुख लक्ष्यों को प्राप्त करने का उद्देश्य रहता है। जब तक व्यक्ति अपने आपको निश्चित ढंग से सुरक्षित और अपनी ही उम्र और समाज के लोगों के समान नहीं समझता तब तक इन दो प्रमुख समस्याओं का उसके जीवन में सबसे बड़ा महत्त्व रहता है। जो व्यक्ति अपने आत्म-निर्धारण (ego-identification) से गिर जाता है और अपने आपको दूसरों के समान समझ सकने

में असफल रहता है वह क्षतिपूरक प्रतिक्रियाएँ करने लग जाता है। आत्मनिर्धारण से गिर जाने पर उससे लिए उसके परिवेश की सार्थकता कम हो जाती है और वह अनेक प्रकार के अभावो का अनुभव करने लग जाता है। अभाव या अपूर्णता की भावना हर स्थिति में हीनता-काम्प्लेक्स (inferiority complex) को पैदा करती है जिससे वह अपने अन्दर कमी अनुभव करने के कारण आत्म-सम्मान (self regard) का स्थायीभाव (sentiment) नहीं बना पाता और अपनी ही नजर में गिर जाता है।

क्षतिपूरक क्रिया व्यक्ति की स्वयंकृत स्थानापन्न क्रिया होती है जिसके द्वारा वह अन्य लोगो से अपनी समानता स्थापित करने की कोशिश करना है। हीनता की भावना ही व्यक्ति से स्थानापन्न क्रिया करवाती है क्योंकि हीनता की भावना के दबाव से व्यक्ति किसी स्थिति के प्रति सतुलित ढंग से प्रतिक्रिया कर सकने में अपने को असमर्थ पाता है और किसी अन्य उपाय से आत्म-सन्तोष और दूसरो का समर्थन पाने की चेष्टा करता है। क्षतिपूरक प्रतिक्रिया उसकी हीनता की भावना से प्रेरित होती है, उसके स्वाभाविक आत्म-निर्धारण के उद्देश्यो से नहीं।

जिस व्यक्ति में हीनता की भावना नहीं होती उसे किसी स्थिति से अपना सतुलन कर सकने में असफल होने पर हीनता की भावना से उत्पन्न होने वाला गुणात्मक (रागात्मक) अनुभव नहीं होता और वह एक प्रतिक्रिया को आसानी से छोड़कर दूसरी प्रतिक्रिया करने लग जाता है। हीनता की भावना रखने वाले व्यक्ति को हीनता का गुणात्मक यानी रागात्मक अनुभव होता है। क्षतिपूरक प्रतिक्रिया द्वारा व्यक्ति अपनी कठिनाई से उत्पन्न होने वाली हीनता की भावना के दुखदायी अनुभव से मुक्त होना चाहता है और अपने को सक्षम समझना चाहता है।

उद्देश्य (motive) को जाने बिना किसी प्रतिक्रिया को क्षतिपूरक नहीं कहा जा सकता। झूठ बोलना या आत्मप्रशंसा करना क्षतिपूरक हो भी सकता है और नहीं भी। इसे जानने के लिए हमें यह जान लेना होगा कि व्यक्ति के झूठ बोलने या आत्मप्रशंसा करने का उद्देश्य क्या है।

अधिक अन्तर्मुखी व्यक्ति क्षतिपूरक क्रिया दिवा-स्वप्नो द्वारा करते हैं। दिवा-स्वप्न किसी उद्देश्य के विस्थापन का परिणाम होते हैं। वे उद्देश्य या तो आत्मनिर्धारण सम्बन्धी होते हैं या सेक्स (sex) सम्बन्धी। आत्मसापेक्ष होने से दिवा-स्वप्नो द्वारा व्यक्ति प्रकृत रूप से सन्तुष्ट नहीं हो पाता। दिवा-स्वप्नो में अपने आप को खोकर व्यक्ति जगत की कटु वास्तविकता से छुटकारा

पा जाता है और अपने आप को स्वतन्त्र समझने लगता है। इन सब बातों से स्पष्ट है कि दिवास्वप्न व्यक्ति को वास्तविकता से विमुख कर देते हैं। पागलखानों में दिवास्वप्न के अनेक उदाहरण मिलते हैं। कोई अपने को गांधी बताता है तो कोई कालिदास। ऐसे लोग वास्तविक जीवन से संघर्ष करके जिस सुख-सन्तोष को नहीं पा सके होते हैं उसे वे अपने दिवास्वप्नों द्वारा पाने का उपक्रम करते हैं और जीवन की कठिनाइयों से अपना सतुलन (?) करते हैं।

यदि क्षतिपूरक प्रतिक्रिया एक हृद के बाहर नहीं होती तो वह व्यक्ति के प्रकृत व्यवहार के सामान्य स्तर की सहायक बनती है। जिस व्यक्ति की परिस्थितियाँ उसकी वासनाओं को पूरा नहीं होने देती उसे क्षतिपूरक प्रतिक्रिया द्वारा वासना जन्य शारीरिक और मानसिक तनाव से कुछ मुक्ति मिलती है। नीरस काम करने वाले लोग यदि लड़कियों के नख-शिख के बारे में बातें कर लेते हैं तो उनकी नीरसता कुछ हद तक सरसता में बदल जाती है जो उनके मानसिक स्वास्थ्य के लिए जरूरी है। यदि दिवास्वप्न प्रकृत (normal) व्यवहार के सामान्य स्तर में सहायक बनते हैं तो उन्हें वास्तविक अर्थ में क्षतिपूरक क्रिया न कहकर पूरक (complementary) क्रिया कहना ही अच्छा होगा।

यह न समझ लेना चाहिए कि क्षतिपूरक प्रतिक्रियाएँ अन्तर्मुखी व्यक्ति ही अधिक करते हैं क्योंकि हीनता की भावना उन्हीं में अधिक होती है। बहिर्मुखी व्यक्ति भी हीनता की भावना रखता है और क्षतिपूरक प्रतिक्रियाएँ करता है। चूँकि उसका ध्यान सदा बहिर्मुखी बना रहता है इसलिए जब तक उसे बताया न जाय वह अपनी हीनता की भावना को जान नहीं पाता। बहिर्मुखी व्यक्ति का व्यवहार ही कुछ ऐसा होता है जो उसकी हीनता की भावना पर पर्दा डाले रखता है।

बहिर्मुखी व्यक्ति अपने आपको किसी बड़े या अमीर आदमी, बड़ी सस्था या किसी बड़े काम से सम्बन्धित कर क्षतिपूरक प्रतिक्रियाएँ करते हैं। लेखक के परिचित एक ग्रामीण डाक्टर है जो अत्यन्त मामूली हैसियत के हैं लेकिन अपने को दूसरों के सामने दिखाना चाहते हैं बहुत बड़ी हैसियत का। इत्तफाक से उनकी एक लड़की की शादी बँगला और मोटर रखने वाले व्यक्ति के मामूली योग्यता रखने वाले लड़के से हो गई है। वस, वे हर समय हर मिलने वाले से अपने समझी और दामाद की हृद से ज्यादा बड़ाई करके अपनी हीनता की भावना को छिपाने के लिए क्षतिपूरक प्रतिक्रिया करते रहते हैं। हिन्दू

जाति भी अपने पूर्वजों का हृदय से ज्यादा गुणगान करके अपनी गिरी हुई हालत पर पर्दा डालने की क्षतिपूर्क प्रतिक्रिया करती रहती है।

कभी कभी क्षतिपूर्क प्रतिक्रिया अतिशय-निर्धारण (over-identification) का रूप ले लेती है। छोटे कद की स्त्री लम्बे व्यक्ति से शादी करना चाहती है जिससे उसके अतिशय-निर्धारण को सन्तोष मिल सके। बहुत से मामूली माँ-बाप अपनी क्षतिपूर्क क्रिया का आरोप अपने बच्चे में करके उसे वह बनाना चाहते हैं जो वे स्वयं कभी नहीं बन सकते थे। अगर बच्चा नालायक निकल जाय तो माँ-बाप को इतना सदमा पहुँचता है मानो वे स्वयं नालायक बन गए हों। लेखक एक ऐसे व्यक्ति को जानता है जिसने नैतिक मूल्यों से अपना अतिशय-निर्धारण कर रखा था और फलस्वरूप अपनी अविवाहित लड़की के गर्भवती होने पर उसे जहर दे दिया था, लेकिन सौभाग्य से उस लड़की की जान बच गई थी। बहुत से लोगों का अतिशय-निर्धारण जड़ वस्तुओं से भी हो जाया करता है। यदि उनकी किसी प्रिय वस्तु की निन्दा कर दी जाय तो वे बुरी तरह बिगड़ उठते हैं।

अतिशय-निर्धारण से व्यक्ति कभी कभी अपने को ऐसी चीजों से सम्बन्धित कर लेता है जिनको सँभालना उसकी शक्ति के बाहर होता है। तब यह खतरा रहता है कि कहीं वह उसी चीज के ख्याल में हरदम न डूबा रहे। ऐसा हो जाने पर उसका व्यक्तित्व मिट जाता है और वह स्वयं अपनी प्राप्य वस्तु की छाया मात्र बनकर रह जाता है।

हीनता की भावना पुरुषों की अपेक्षा स्त्रियों में ज्यादा होती है। बहुत सी स्त्रियाँ अपने बनाव-श्रृंगार में इतना समय लगा देती हैं कि उन्हें अपने मानसिक विकास के लिए समय नहीं मिल पाता। कोई लड़की औसत बुद्धि की हो सकती है लेकिन बनाव-श्रृंगार की ओर ज्यादा ध्यान देकर पढ़ाई की उपेक्षा कर परीक्षा में फेल हो जाती है।

हम आप रोजाना नहीं तो हफ्ते भर में कितनी परनिन्दा करते हैं? मुझे न बताइये लेकिन अपने आप से पूछ जरूर लीजिये क्योंकि परनिन्दा करना क्षतिपूर्क प्रतिक्रिया का ही एक रूप है। हम जिस व्यक्ति से अपने को हीन समझते हैं उससे या तो अपने को बड़ा बताते हैं या उसकी निन्दा करके उसे अपने आप से नीचा बताते हैं। दूसरों का मजाक उड़ाकर हम अपनी कमियों और दुर्बलताओं पर पर्दा डालने की कोशिश करते हैं। मेरा अनुभव है और आपका भी होना चाहिए कि हमारे और आपके घर की औरते दिन-रात न जाने कितनी परनिन्दा किया करती है। अब उनको कौन समझाए

कि परनिन्दा करके वे अपनी ही हीनता की भावना को छिपाने का असफल प्रयत्न करती हैं। यह रह गया है भारत की आदर्श नारियो का रूप। परनिन्दा द्वारा क्षतिपूरक प्रतिक्रिया करने के लिए ऐसे व्यक्ति को चुना जाता है जो परनिन्दा करने वाले से श्रेष्ठ होता है। जिन्हे हम यथार्थ में अपने से छोटा या नीचा समझते हैं उनकी निन्दा नहीं करते।

दूसरो पर दोषारोपण करना क्षतिपूरक प्रतिक्रिया का एक और रूप है। कम नम्बर पाने वाले विद्यार्थी परीक्षक को दोष देते हैं कि वह उनसे चिढ़ा हुआ था जिससे उन्हें कम नम्बर मिले। दूसरे पर दोषारोपण करके व्यक्ति अपनी हीनता की भावना से अपनी रक्षा करता है। परदोषारोपण से व्यक्ति रचनात्मक दिशा में काम करने की उपेक्षा करन लग जाता है।

भाग्य के सहारे बैठे रहना, चोरी करना, भूठ बोलना और अन्य प्रकार के असामाजिक काम करना, आत्मप्रशंसा करना, बहुत जोर से बात करना, बनावटी काम करना या बनावटी दिखावा आदि जहाँ तक हीनता की भावना को छिपाने के प्रयत्न होते हैं वहाँ तक उन्हें क्षतिपूरक प्रतिक्रियाएँ कहा जा सकता है।

५—प्रतिष्ठापन (Rationalisation)—किसी बात को अपनी और दूसरो की दृष्टि में उचित साबित करने की कोशिश करना प्रतिष्ठापन कहलाता है। प्रतिष्ठापन द्वारा कोई बात अपनी और सब की दृष्टि में प्रतिष्ठित बनाई जाती है। अनेक प्रकार की क्षतिपूरक प्रतिक्रियाएँ प्रतिष्ठापन द्वारा सम्भव होती हैं। किसी विचार, इच्छा या काम के पीछे जो उद्देश्य होता है उसे प्रतिष्ठापन द्वारा उचित बनाया जाता है। प्रतिष्ठापन का कारण या तो साध्य या फिर साधन का निन्दनीय होना होता है। कामचोर आदमी यह नहीं कहता कि वह स्वयं काम से जी चुराता है वरन् काम न कर सकने के अनेक बहाने ढूँढकर अपनी कामचोरी का प्रतिष्ठापन करता है। दैनिक जीवन में हम सभी अनेक प्रकार से अनुचित बातों का प्रतिष्ठापन करते रहते हैं। प्रतिष्ठापन करना अपने आपको धोखा देना होता है। प्रतिष्ठापन का एक रूप आत्मभर्त्सना करना भी होता है। आत्मभर्त्सना के पीछे आत्मप्रशंसा का ही उद्देश्य रहता है। जिस लड़की को अपनी सुन्दरता पर बड़ा अभिमान होता है यदि कोई उसकी सुन्दरता की प्रशंसा करे तो वह जबाब में यह कहती है : “मैं क्या हूँ ? मुझसे भी अच्छी-अच्छी पड़ी है।”

क्षतिपूरक क्रियाएँ व्यक्ति की अक्षमता की भावना से एक सीमा तक उसका सतुलन करा सकने में सहायक बन सकती हैं। किन्तु कभी कभी उनके कारण व्यक्ति का व्यवहार बिल्कुल असतुलित बन जाता है। क्षतिपूरक

क्रियाएँ और प्रतिष्ठापन यद्यपि अधिकांश लोगों के लिए जरूरी हो सकते हैं किन्तु वे अच्छे सतुलन के लिए कदापि जरूरी नहीं होते। उनकी आवश्यकता वही तक है जहाँ तक वे व्यक्ति की मानसिक शांति को बनाए रख सकने में सहायता देते हैं।

असंतुलित प्रतिक्रियाएँ

६—ऋणात्मक (negativistic) प्रतिक्रियाएँ—किसी स्थिति से प्रभावित न होने का पक्का इरादा बनाकर प्रतिक्रिया करने से इनकार कर देने को ऋणात्मक प्रतिक्रिया कहा जाता है। बहुत से लोग ऋणात्मक प्रतिक्रिया कर इस बात का अभिमान करने लग जाते हैं कि उनके निर्णय को ससार की कोई शक्ति बदल या प्रभावित नहीं कर सकती। ऋणात्मक प्रवृत्ति का असर पाचन-क्रिया पर पड़ सकता है और व्यक्ति खतरनाक कब्ज से पीड़ित बन सकता है। ऋणात्मक प्रतिक्रियाएँ वे लोग ज्यादा करते हैं जिनमें आत्मरक्षा की भावना कम होती है और जो स्वाभाविक ढंग से समाज अनुमोदित प्रतिक्रियाएँ कर सकने में अक्षम होते हैं। आत्मरक्षा की भावना कम होने के दो कारण हो सकते हैं भावात्मक आत्मनिर्धारण न कर पाना और जातीय उद्देश्यों (racial motives), विशेषकर निर्देशनग्राह्यता (suggestibility) का अप्रकृत रूप से विकसित हो जाना। दोनों दशाओं में व्यक्ति को अपने आचरण के लिए उचित मार्ग-दर्शक नहीं मिल पाता जिससे वह दूसरों के कहने-सुनने पर ज्यादा निर्भर होने लग जाता है। यदि उसमें समाज अनुमोदित प्रतिक्रियाओं का निर्माण स्वाभाविक रूप में हो चुका होता तो वह आत्मानुमोदन (self-assertion) और आत्मनिवेदन (self-submission) की भावनाओं में समझौता कर पाता। लेकिन ऐसा न होने पर उसे या तो अन्य व्यक्तियों या स्थितियों के प्रभाव में आना पड़ता है या वह उनके प्रभाव को रोकने की चेष्टा करता है। अन्य व्यक्तियों या स्थितियों से प्रभावित न हो सकने की भावना ही ऋणात्मक प्रतिक्रिया को जन्म देती है। लेखक द्वारा विश्लेषित एक केस देखिए :

केस १—राम—नामक ठाकुरों की निम्न जाति का लगभग ४४ वर्षीय व्यक्ति। उसका बाल्यकाल गाँव के पिछड़े और अविकसित परिवेश में बीता और उसके मनस् पर उसके जातीय संस्कारों की अमिट छाप पड़ गई। बाद में जब वह स्कूल में अध्यापक हुआ तो अपने स्वभाव के कारण किसी का भी प्रिय न बन सका। अब वह एक इटर कालेज का प्रधान है। लेकिन निम्न सामाजिक स्तर पर से इतना ऊँचा उठने के

कारण वह अन्य अध्यापको की बात-बात में डराने-धमकाने आदि में ही अपना बड़प्पन समझता है क्योंकि यह उसके अपने ही अविकसित गाँव के परिवेश का प्रभाव है। एक ओर तो बचपन में उसे सभ्य एवं शिष्ट समाज अनुमोदित नैतिक या सांस्कृतिक आदर्शों से अपना भावात्मक आत्मनिर्धारण (ego-identification) कर सकने का अवसर नहीं मिला और दूसरी ओर उसके परिवेश ने उसके जन्मत प्राप्त जातीय संस्कारों को अप्रकृत-रूप से विकसित हो जाने का पर्याप्त अवसर दिया जिससे वह आत्मानुमोदन और आत्मनिवेदन की भावनाओं में शिष्ट समाज सापेक्ष कोई समझौता नहीं कर पाता। फलतः विद्यालय में अपने से सभ्य और शिक्षित अध्यापको के सम्पर्क में आने पर भी वह उनके संस्कृत प्रभाव की छाप से अप्रभावित रहने की बलात् चेष्टा करता है। नतीजा यह है कि वह अपनी ही बुद्धि पर ज्यादा भरोसा कर सदा अपने ही हठ पर दृढ़ रहता है और दूसरों की बात को समझना तो दूर रहा सुनने की भी चेष्टा नहीं करता। इस प्रकार ऋणात्मक प्रतिक्रियाओं द्वारा वह इस सन्तोष का अनुभव करता है कि उसके निश्चयों पर किसी का प्रभाव नहीं पड़ सकता जबकि उसकी यह भावना स्वयं उसके ही अस्वस्थ आत्मानुमोदन से प्रेरित और प्रभावित होती रहती है।

ऋणात्मक प्रतिक्रिया के पीछे आत्म-अनुमोदन और आत्मनिवेदन प्रायः दोनों भावनाएँ रहा करती हैं। अधिकांश उदाहरणों में ऋणात्मक प्रतिक्रियाओं के पीछे आत्मनिवेदन की भावना हुआ करती है। किन्तु आत्मरक्षा के अभाव में आत्मनिवेदन की भावना अतिरजित बन जाती है और उसकी इसी अतिरजना के कारण व्यक्ति के अहम् की तत्कालिक आवश्यकताएँ उसकी आत्मनिवेदन की भावना को रोकने लगती हैं। उपर्युक्त केस में राम में कालेज का प्रधान होने के अहम् की तत्कालिक आवश्यकता उसकी आत्मनिवेदन की भावना को रोकती है। इस प्रकार ऋणात्मक व्यवहार किसी बाह्य स्थिति के प्रति की गई प्रतिक्रिया न होकर अपनी ही आत्मनिवेदन की अतिरजित आन्तरिक भावना के प्रति की जाने वाली प्रतिक्रिया होती है।

७—रीग्रेशन (Regression)—रीग्रेशन की अनेक परिभाषाएँ दी गई हैं। यहाँ पर फिस्टर की परिभाषा से ही सन्तोष किया जायगा। फिस्टर के अनुसार “यदि आन्तरिक या बाह्य संघर्षों से किसी प्रवृत्ति में बाधा पड़े तो मानसिक शक्ति के प्रवाह की दिशा उलटी हो जाती है। मानसिक शक्ति के प्रवाह की दिशा के उलट जाने को ही रीग्रेशन कहा जाता है। रीग्रेशन में मानसिक शक्ति का प्रवाह हमेशा बचपन की ओर हो जाता है जिससे उसकी

अभिव्यक्ति या तो बचकानी कल्पनाओं, अनुभवों या चेष्टाओं-में होती है या बचपन के स्तर के व्यवहार में ।”

बचपन में माँ के प्रति बच्चे के निश्चित स्थायीभाव होते हैं । वह माँ को अपने से ज्यादा शक्तिशाली, श्रेष्ठ और सर्वज्ञ मानता है । वह यह भी जानता है कि उसका जीवन माँ पर निर्भर है । माँ उसे खिलाती-पिलाती है और हर तरह से उसकी रक्षा करती है । वही बच्चा जब वयस्क हो जाता है तो माँ के प्रति बचपन में बने उसके स्थायीभाव बदल जाते हैं । अब वह माँ को न तो किसी तरह अपने से श्रेष्ठ मानता है और न उस पर निर्भर ही रहता है । युवावस्था में माँ के प्रति उसकी अधिकांश प्रतिक्रियाएँ बचपन की प्रतिक्रियाओं की उलटी हो जाती हैं । लेकिन अगर किसी कारणवश वह युवावस्था में भी माँ के प्रति वही प्रतिक्रियाएँ करने लग जाय जो बचपन में करता था तो यह रीग्रेशन का उदाहरण होगा ।

रीग्रेशन (regression) दो प्रकार का हो सकता है : एक में तो व्यक्ति के बचपन के स्थायीभावों, रुचियों और प्रतिक्रियाओं का पुनरावर्तन होता है और दूसरे में व्यक्ति युवावस्था के स्तर की प्रतिक्रियाओं की जगह बचपन के स्तर की प्रतिक्रियाएँ करने लग जाता है । रीग्रेशन का प्रभाव जब व्यक्ति की सारी प्रतिक्रियाओं पर पड़ने लग जाता है तो उसे सामान्यीकृत (generalised) रीग्रेशन और जब किसी निश्चित उद्देश्य से सम्बन्धित प्रतिक्रियाओं पर ही पड़ता है तो उसे विशिष्ट (specific) रीग्रेशन कहा जाता है ।

गत्यात्मक दृष्टिकोण से कोई स्थायीभाव, प्रवृत्ति या आत्मनिर्धारण किसी निश्चित दिशा में निश्चित ढंग से शक्ति का विस्थापन (displacement) कर सकने की क्षमताएँ होती हैं । विकास-क्रम में व्यक्ति के किसी स्थायीभाव आदि का गत्यात्मक पक्ष कम या ज्यादा परिवर्तित हो सकता है । इस परिवर्तन की अभिव्यक्ति उस स्थायीभाव को नये ढंग से प्रकट करने में होती है । आप जिस व्यक्ति से आज ज्यादा प्रेम करते हैं कल उससे प्रेम करना छोड़कर किसी और से प्रेम करने लग सकते हैं । किन्तु प्रेम के स्थायीभाव का विस्थापन कर नये ढंग से प्रतिक्रिया कर सकने पर भी आप पुराने ढंग से प्रतिक्रिया कर सकने की क्षमता रखते हैं यानी जिस व्यक्ति से पहले प्रेम करते थे उससे फिर प्रेम कर सकते हैं । युवावस्था में लोग मन-बहलाव के लिये कभी-कभी खिलौनों से खेल लेते हैं । खिलौनों से खेलना किसी युवा व्यक्ति की सारी प्रतिक्रियाओं का बहुत छोटा भाग होता है । किन्तु मान लीजिये कि

किसी युवक की अधिकांश प्रतिक्रियाएँ खिलौनों से खेलना ही बन जाँय तो यह रीग्रेशन का उदाहरण होगा। रीग्रेशन द्वारा मानसिक शक्ति परिपक्व और सतुलित प्रतिक्रियाओं से कम परिपक्व और कम सतुलित प्रतिक्रियाओं की ओर विस्थापित हो जाती है।

स्कडूगल ने रीग्रेशन का गत्यात्मक (dynamic) कारण डर में माना है। रीग्रेशन के हर केस के पीछे कारण रूप में डर अवश्य रहता है, चाहे वह मृत्यु का हो, चोट का हो या आत्म-सम्मान को खोने का। रीग्रेशन द्वारा व्यक्ति अप्रकट रूप में अपने सामने किसी कठिनाई के न होने को प्रकट करता है और ऐसा करने के लिये वह उस कठिनाई से सम्बन्धित हर प्रकार की प्रतिक्रिया करने से इनकार कर देता है। अतिशय रीग्रेशन में कभी-कभी किसी प्रतिक्रिया के साथ साथ उस प्रतिक्रिया से सम्बन्धित स्थायीभाव का भी पूरा कार्यात्मक (functional) अभाव हो जाता है।

केस २—एक युवा लड़की एक व्यक्ति से प्रेम करती थी और उससे विवाह करने की बड़ी इच्छुक थी। किन्तु उसका प्रेमी उससे विवाह करने को तैयार नहीं था। वह चाहता था कि विवाह के पहले लड़की उसके साथ कुछ समय आमोद-प्रमोद में बिताए। ऐसे अनुत्तरदायी व्यक्ति के साथ विवाह करने के बाद के परिणामों को सोचकर लड़की को बड़ा धक्का लगा। रिश्तेदारों और मित्रों के समझाने पर लड़की ने अविवाहित ही रहने का निश्चय करने की चेष्टा की। लेकिन अनिश्चित काल तक अविवाहित रहने का विचार भी उसके लिये कम दुखदायी नहीं था। अब उसकी हालत साँप-छछूँदर की सी हो गई थी, वह विवाह भी करना चाहती थी और विवाह करने से डरती भी थी। इससे उसके अन्दर यह इच्छा पैदा हुई कि काश वह प्रेम के बारे में कुछ न जानती। अगर वह फिर बालक बन सके तो फिर विवाह की कोई समस्या ही न रह जाय और उसकी मुसीबत का अन्त हो जाय। अब वह अपने को एक बच्ची समझने लग गई और उसके स्थायीभाव भी एक अबोध बालिका के समान बन गये जिससे उसको बड़ा सन्तोष मिलने लग गया। किन्तु कभी कभी उसकी शारीरिक परिपक्वता उसे अपने आप को एक नवयुवती समझने को बाध्य कर देती थी। उसने आत्म-हत्या करने का प्रयत्न भी किया। बाद में उचित उपचार द्वारा उसके स्थायीभावों को फिर से युवावस्था के स्तर पर लाया गया और उसके दृष्टिकोण को सही दिशा की ओर मोड़ा गया।

रीग्रेशन बहुत कुछ अवरोध (inhibition) से मिलता-जुलता है। किन्तु रीग्रेशन और अवरोध में कुछ महत्वपूर्ण भेद हैं। अवरोध में व्यक्ति का

आत्मनिर्धारण सुरक्षित रहता है और सघर्षशील उद्देश्य वाञ्छित प्रतिक्रिया के रूप में अभिव्यक्त होते हैं। रीग्रेशन में स्थिति ऐसी नाजुक होती है कि उससे डर लगने लगता है और वह डर ही अवरोध का कारण बन जाता है। डर के कारण आत्मरक्षा खतरे में पड़ जाती है जिससे व्यक्ति समस्या को सुलभाने का प्रयत्न छोड़कर रीग्रेशन द्वारा बालपन के सरल जीवन की ओर लौट जाना चाहता है।

८—बचकानी प्रतिक्रियाएँ (Infantile reactions)—बहुत से लोगो का विकास उनकी आयु के अनुपात से नहीं हो पाता जिसके परिणाम-स्वरूप उनमें प्रकृत रागात्मक परिपक्वता नहीं आ पाती और उनकी रुचि, प्रवृत्तियाँ और प्रतिक्रियाएँ बचकानी बनी रह जाती हैं। संतुलित व्यवहार कर सकने के लिये ज्ञान और बुद्धि के साथ रागात्मक परिपक्वता भी जरूरी है क्योंकि मानवी सम्बन्ध राग-प्रधान होते हैं। हो सकता है कि कोई व्यक्ति कुछ स्थितियों में तो परिपक्व ढंग से प्रतिक्रिया करे और कुछ में बचकाने ढंग से।

रीग्रेशन और बचकानी प्रतिक्रियाओं का भेद समझ लेना बहुत जरूरी है। प्रौढ़ व्यक्ति यदि अपनी पत्नी के बीमार होने पर खिलौनों से खेलता है तो या तो उसकी प्रतिक्रियाओं का रीग्रेशन हो चुका है या फिर उसमें प्रौढ़ावस्था के स्तर की प्रतिक्रियाओं का विकास ही नहीं हो पाया है। रीग्रेशन की दशा में खोई हुई प्रतिक्रियाओं की पुनर्प्राप्ति आसानी से करवाई जा सकती है। किंतु यदि प्रौढ़ व्यक्ति का रागात्मक विकास बचपन के स्तर के आगे न हो सका हो तो उसे प्रौढ़ावस्था के स्तर तक लाना बड़ा कठिन काम है।

कुसंतुलित प्रतिक्रियाएँ

(९) शमन (Repression)—व्यक्ति के जीवन में ऐसी अनेक बातें आया करती हैं जिनकी पूर्ति वह लोकलाज, समाज-भय या अन्य कारणों से करना पसन्द नहीं करता। इसलिये वह अपने मन की उन बातों का शमन करता है। शमन करना किसी उद्देश्य (motive) को अस्वीकार करना ही नहीं होता किन्तु उस उद्देश्य के होने से ही इनकार करना होता है। शमन को समझने के लिए एक उदाहरण लीजिए -

केस ३—तेईस या चौबीस साल की एक लड़की को अजीब तरह की बेचैनी हुआ करती थी और वह न जाने क्या चाहती थी जिसके बिना उसे अपना जीवन विलकुल नीरस जान पड़ता था। लेकिन वह स्वयं यह नहीं समझ पाती थी कि आखिर वह चाहती क्या है। उसके मन में यह

विश्वास घर कर गया था कि उसका जीवन बिलकुल निरर्थक है। उसे डर लगता था कि कहीं वह आत्महत्या न कर बैठे। एक बार उसने आत्म-हत्या करने की असफल चेष्टा की भी थी। वह अकेले में सोने से घबडाती थी लेकिन अन्य व्यक्ति की उपस्थिति में सो भी नहीं पाती थी।

उसकी इस विचित्र मनोदशा के कारण की खोज करने पर कुछ ऐसी बातें पता चली जिनको वह बिलकुल भूल चुकी थी। गर्मियों में उसके घर के और लोग तो किसी दूसरी जगह चले जाया करते थे और घर में लड़की, उसकी माँ और उससे तीन चार साल उम्र में बड़ा उसका चचा ये तीन लोग ही रह जाया करते थे। उसकी माँ को गठिया रोग था और वह चलने-फिरने से मजबूर थी। एकान्त में लड़की का चचा उसके गालों और शरीर के अन्य स्थलों को सहला दिया करता था। इससे लड़की को एक विशेष शारीरिक सुख मिला करता था और वह कभी कोई आपत्ति नहीं करती थी। एक रात जब वह अपने कमरे में अकेली सो रही थी उसका चचा उसके पास आया। आँख खुलने पर लड़की ने अपने को अर्द्ध-नग्न हालत में अपने चचा की भुजाओं में आवद्ध पाया और उसका मन एकदम घृणा और विद्रोह से भर गया। चचा का यह व्यवहार लड़की को अत्यन्त कुत्सित, लज्जापूर्ण और अनैतिक लगा। उस समय लड़की की उम्र सत्रह या अठारह साल की रही होगी। उसी समय से लड़की का सेक्स विषयक दृष्टिकोण पूरी तरह से बदल गया। उसमें विवाह के प्रति विरक्ति और घृणा पैदा हो गई। वह औरतो को केवल बच्चा पैदा करने की मशीन समझने लगी और उसकी मातृत्व की सहज भावना पूरी तरह से कुचल गई। बाद में उसका विवाह तो हुआ लेकिन उसने पति से सम्बन्ध-विच्छेद कर लिया। उसी समय से उसके अन्दर उप-युक्त लक्षण प्रकट हुए।

यह कैसे शमन (repression) का एक अच्छा उदाहरण है। लड़की का अपने चचा के साथ जो अनुचित सम्बन्ध था उससे लड़की के अन्दर दो विरोधी उद्देश्यों में संघर्ष होता था। एक उद्देश्य था शारीरिक सुख का और दूसरा था नैतिक आदर्श का। चचा के साथ शारीरिक सुख भोगने का विचार लड़की में शर्म, घृणा और पाप की भावनाएँ भरता था और वह भावनाएँ उसके पवित्रता और सतीत्व के नैतिक आदर्शों से टकराती थी। चचा द्वारा अगो का सहलाया जाना हर बार लड़की के उन दो विरोधी उद्देश्यों में संघर्ष का कारण बनता था। सहसा उसके नैतिक आदर्शों ने शारीरिक सुख के

विचारों पर विजय पाई। उस सघर्षमय स्थिति से बचने के लिए उसके पास केवल एक यही साधन था कि वह शारीरिक सुख के विचारों का शमन करके शारीरिक सुख के उद्देश्य (motive) की सत्ता से ही इनकार कर दे।

शमन को और अच्छी तरह से समझने के लिए उसकी तुलना अवरोध (inhibition) से कर लेना अच्छा होगा। अनेक विद्वान शमन और अवरोध को एक ही बात समझते हैं जो अत्यन्त भ्रामक है।

अवरोध में किसी उद्देश्य का स्थानान्तरण होता है जिससे आन्तरिक रुकावट के बिना उस उद्देश्य से जिस प्रकार की प्रतिक्रिया होती है वह नहीं होती। जिस उद्देश्य का एक बार अवरोध हो चुका हो अगर वह वैसी ही स्थिति में दुबारा जाग्रत हो जाय तो व्यक्ति उस उद्देश्य को ठीक-ठीक पहचान लेगा और उस उद्देश्य से उत्पन्न होने वाली रागात्मकता का भी चेतन अनुभव करेगा। किन्तु यदि किसी उद्देश्य का शमन हो चुका है तो उसके वैसी ही स्थिति में दुबारा जाग्रत होने पर व्यक्ति उस उद्देश्य को नहीं जान सकेगा और उस उद्देश्य के गुणात्मक (रागात्मक) पक्ष का चेतन अनुभव भी नहीं कर सकेगा। शमन और अवरोध में यही मुख्य भेद है। उद्देश्यों, स्थायीभावों या प्रवृत्तियों का शमन हो चुकने के बाद भी वे परोक्षतः व्यक्ति के विचार और कर्म के निर्धारक बने रहते हैं। व्यक्ति को केवल उनका ठीक-ठीक ज्ञान और उनसे सम्बन्धित रागात्मक अनुभव नहीं होता और इस प्रकार वह चेतन रूप से उन उद्देश्यों पर प्रकृत नियन्त्रण की क्षमता खो बैठता है।

अवरोध व्यक्ति अपने उन उद्देश्यों का करता है जो उसके नैतिक आदर्शों के ज्यादा प्रतिकूल नहीं होते या आकस्मिक रूप से जाग्रत नहीं होते या बहुत तीव्रता से नहीं उभरते। उद्देश्यों का शमन व्यक्ति तब करता है जब कोई उद्देश्य उसके आदर्शों का घोर प्रतिद्वन्द्वी बन जाता है। जिस उद्देश्य का अवरोध होता है उस उद्देश्य के दुबारा जाग्रत होने पर व्यक्ति वैसी ही प्रतिक्रिया कर सकता है जैसी वह उस उद्देश्य के प्रति पहले किया करता था। शमन किया हुआ उद्देश्य दुबारा जाग्रत होने पर व्यक्ति की प्रतिक्रिया के रूप को बदल देता है जिससे उसकी प्रतिक्रिया एक दूसरे प्रकार का गौण रूप धारण कर लेती है और व्यक्ति का उस पर कोई नियन्त्रण नहीं रहता।

ऊपर दिए गए केस में लड़की की प्रतिक्रिया का अवरोध (inhibition) नहीं हुआ था बल्कि शमन (repression) हुआ था। वह शारीरिक सुख की उत्तेजना के प्रति विलकुल संवेदनशून्य बन गई थी और अपने चचा के साथ के कटु अनुभव को विलकुल भूल चुकी थी और उस घटना को बड़ी

कठिनाई से ही याद कर पाती थी। शारीरिक सुख के प्रति लड़की की वैसी प्रतिक्रिया नहीं होती थी जैसी कि प्रकृत (normal) व्यक्ति की होती है।

शमन किया हुआ उद्देश्य फिर जाग्रत हो सकता है किन्तु वह नैतिक उद्देश्यों से उत्पन्न होने वाली आन्तरिक बाधा के कारण अपनी अभिव्यक्ति प्रकृत रूप में नहीं कर पाता। जाग्रत होने पर उसकी अभिव्यक्ति लाक्षणिक और अप्रत्यक्ष ढंग से होती है। शमन हो चुके उद्देश्य की शक्ति प्रायः अपनी ही विरोधी बन जाती है। सेक्सीय प्रवृत्ति का शमन कर देने वाले लोग सेक्सीय अनैतिकता का विरोध करने में बड़ी रुचि लेने लगते हैं। वे सेक्सीय प्रवृत्ति का शमन तो कर देते हैं किन्तु रुचि फिर भी सेक्सीय मामलों में ही लिया करते हैं। इस प्रकार उनकी सेक्स-प्रवृत्ति का शमन होने पर भी उसकी पूर्ति अभावात्मक रूप से होती है।

व्यक्ति को शमन किए हुए उद्देश्य के गुणात्मक (रागात्मक) पक्ष का अनुभव नहीं होता क्योंकि उसकी आन्तरिक बाधा एक दूसरा ही रूप ले लेती है जिसके कारण शमन किया हुआ उद्देश्य जाग्रत हो जाने पर भी व्यक्ति में उस प्रकार का गुणात्मक अनुभव उत्पन्न करने में विफल रहता है जिस प्रकार का अनुभव उस उद्देश्य से उत्पन्न होना चाहिए। आन्तरिक बाधा मानसिक पृष्ठभूमि में घृणा या विवशता की भावना का रूप ले लेती है जिसके कारण व्यक्ति उस प्रकार का अनुभव नहीं कर पाता जिस प्रकार का अनुभव उसे होना चाहिए।

किसी उद्देश्य के प्रति की गई प्रतिक्रिया के अनेक पक्ष होते हैं और शमन का प्रभाव प्रतिक्रिया के किसी भी पक्ष पर पड़ सकता है। सेक्सीय शमन के उदाहरण में शमन का प्रभाव सेक्सीय प्रतिक्रिया की प्रारम्भिक प्रतिक्रियाओं जैसे स्पर्श, आलिंगन या चुम्बन करने आदि पर न पड़कर परिणामिक प्रतिक्रियाओं जैसे स्तम्भन-शक्ति की कमी, सम्भोग करने के योग्य न रहना आदि पर पड़ सकता है और व्यक्ति उन पर अपना सायास नियंत्रण रख सकने की क्षमता खो सकता है।

शमन का प्रभाव विशेष श्रेणी की प्रतिक्रियाओं, विशेष व्यक्तियों और विशेष प्रकार की स्थितियों पर वैयक्तिक रूप से अलग अलग पड़ता है। यदि दो व्यक्तियों में एक ही उद्देश्य का शमन हुआ है तो यह जरूरी नहीं है कि उसका प्रभाव उन दोनों व्यक्तियों पर एक-सा ही पड़े। किसी एक स्त्री के प्रति कामेच्छु न बन सकने वाले व्यक्ति के लिए यह जरूरी नहीं कि वह अन्य स्त्रियों के प्रति भी कामेच्छु न बन सके।

शमन केवल सेक्सीय उद्देश्यों और प्रतिक्रियाओं तक ही सीमित नहीं होता। शमन किसी भी उद्देश्य का हो सकता है। एनोरेक्सिया नर्वोसा

(Anorexia Nervosa) नामक हालत में भूख का शमन हो जाता है और व्यक्ति को भूख बिल्कुल नहीं लगती । अगर उसे जबर्दस्ती खिलाया भी जाय तो वह खाने से घृणा करने लगता है । इसी प्रकार डर और रागात्मक भावों का भी शमन हो सकता है और होता है ।

शमन (repression) मानसिक विघटन (mental dissociation) का कारण बन सकता है । शमन हुए उद्देश्य में इस बात की संभावना रहती है कि वह उद्देश्य किसी न किसी रूप में अपनी वास्तविक प्रतिक्रिया कर सकता है या अवसर विशेष पर उस उद्देश्य से सम्बन्धित स्वाभाविक प्रतिक्रिया पूर्ण या आंशिक रूप में हो सकती है । किन्तु मानसिक विघटन में व्यक्ति के किसी उद्देश्य का उसके मानसिक संगठन से पूरा कार्यात्मक विच्छेद हो जाता है जिससे मानसिक विघटन की दशा में वह उस उद्देश्य से सम्बन्धित प्रतिक्रिया बिल्कुल नहीं कर पाता । मानसिक विघटन का एक उदाहरण लीजिए

केस ४—युद्ध-क्षेत्र में एक सैनिक शत्रु द्वारा फेंका हुआ बम शत्रु पर ही फेंकने की नीयत से उठाने को रुका । वह बम को उठाने पहुँचा ही था कि बम फट गया । सैनिक बम फटने से घायल तो नहीं हुआ किन्तु उसका मुँह (निस्सन्देह डर के मारे चिल्लाने की तैयारी में) खुला का खुला ही रह गया और वह न तो अपने मुँह को ही बन्द कर सका और न अपनी जीभ ही अन्दर ले जा सका । कुछ घंटे बाद उसका मुँह अपने आप बन्द हो गया और जीभ भी अन्दर चली गई । तब से वह एकदम गूँगा-सा हो गया और जरा भी बोल नहीं पाता था । उसकी यह हालत कई महीने तक रही ।

सैनिक में डर का शमन पहले से ही हो चुका था और बम फटने से उसे जो रागात्मक धक्का लगा उसने पहले से ही हो चुके शमन के आधार पर सैनिक के अन्दर विघटन (dissociation) भी पैदा कर दिया । विघटन से उसके उद्देश्य (डर) और प्रतिक्रिया (चिल्लाने) में पूरा कार्यात्मक विच्छेद हो गया जिससे वह डर के उद्देश्य से सम्बन्धित चिल्लाने की स्वाभाविक प्रतिक्रिया कर सकने में बिल्कुल अक्षम हो गया । अगर वह चिल्लाकर अपने आकस्मिक डर को निकालने का रास्ता दे देता तो शायद उसमें विघटन न हो पाता । इस आधार पर यह कहा जा सकता है कि शमन और मानसिक संघर्ष विघटन के पूर्वगामी होते हैं ।

शमन की व्याख्या—शमन क्यों होता है ? हम अपनी अग्राह्य प्रवृत्तियों और रागात्मक भावनाओं का अवरोध (inhibition) मात्र ही क्यों

नहीं करते ? इसके उत्तर में यही कहा जा सकता है कि शमन की प्रतिक्रिया व्यक्ति के नैतिक आदर्शों और उसके आत्म-अनुमोदन (self-regard) की सेवक होती है। जो बातें हमारे मान्य नैतिक आदर्शों की घोर विरोधी होती हैं शमन द्वारा हम उनकी सत्ता से ही इनकार करते हैं। शमन द्वारा मनुष्य अपने मन में अपना जो आदर्श चित्र बनाए होता है उसकी रक्षा करता है।

बहिर्मुखी व्यक्ति में अपने अनैच्छिक उद्देश्यों और विचारों का शमन करने का रुझान अन्तर्मुखी व्यक्ति से ज्यादा होता है। इसका कारण बहिर्मुखी व्यक्ति की चेतनता की मात्रा की कमी में होता है। चेतनता की मात्रा की कमी के कारण बहिर्मुखी व्यक्ति अपनी आन्तरिक प्रवृत्तियों के प्रति यथेष्ट रूप से जागरूक नहीं बन पाता। वह अपनी आन्तरिक भावनाओं को भी अपने सासारिक व्यवहार के मापदण्डों से संचालित करना चाहता है जिससे वह अपने आत्मनिर्धारण (ego-identification) का कोई आदर्श निर्मित कर सकने में स्वतन्त्र नहीं रह पाता। इस प्रकार वह अपनी आन्तरिक बाधाओं के प्रति भी उसी प्रकार का व्यवहार करने लगता है जिस प्रकार का सासारिक बाधाओं के प्रति करता है। आन्तरिक प्रवृत्तियों के प्रति समुचित न्याय न कर सकने के कारण वह उनकी उपेक्षा या उनकी सत्ता से ही इनकार (शमन) करने लग जाता है।

१०—आत्म-प्रताड़ना—अब तक जिन प्रतिक्रियाओं पर विचार किया जा चुका है वे सर्वविदित हैं और उनको समझने में कोई कठिनाई नहीं होती। प्रतिक्रियाओं के जिन रूपों का वर्णन ऊपर किया जा चुका है वे व्यक्ति के अहम्, व्यक्तित्व और नैतिकता को सुरक्षित रख सकने के अनुकूल होती हैं। किन्तु कुछ प्रतिक्रियाएँ व्यक्ति के व्यक्तित्व और स्वार्थ के प्रतिकूल भी होती हैं। समाज ने व्यक्ति की उद्दण्ड प्रतिक्रियाओं पर कानूनी रोक लगा रखी है। किन्तु व्यक्ति स्वयं भी अपनी उद्दण्ड प्रतिक्रियाओं पर रोक लगाता है और अपने अतिशय स्वार्थ के प्रतिकूल प्रतिक्रियाएँ करता है। ऐसी प्रतिक्रियाओं का आधार उसकी नैतिक दीक्षा न होकर उसके अन्दर पहले से ही मौजूद अहम्-सामाजिक संगठन का सिद्धान्त होता है। जब सामाजिक बंधन या जगत की वास्तविकता व्यक्ति की स्वार्थपूर्ण इच्छाओं पर प्रतिबन्ध नहीं लगाती तो व्यक्ति वैसा प्रतिबन्ध अपने ऊपर स्वयं लगा लेता है। नीचे दिए केस को देखिए।

केस ५—प्रकाश नामक युवक का लालन-पालन शहर के परिवेश में हुआ था। वह मेधावी और अन्तर्मुखी प्रवृत्ति का अधिक था। जब उसके पिता की मृत्यु हुई वह तेरह साल का था। बाद में वह कमाने लग गया और अपनी सारी कमाई अपनी माँ को देने लगा जिससे वह

बहुत प्रेम करता था। उन्नीस साल का होने पर उसे स्त्री-सुख का पहला अनुभव हुआ। तब से वह स्त्रियों का साहचर्य स्वच्छन्दतापूर्वक करने लगा और उसकी जुआ खेलने और शराब पीने की आदतें भी पड़ गई। पच्चीस साल का होने पर वह एक लड़की पर मोहित हो गया। किन्तु वह विवाह नहीं करना चाहता था क्योंकि इससे उसके स्वच्छन्द जीवन में बाधा पड़ती। वह लड़की से प्रेम तो करता था किन्तु था बहुत ही स्वार्थी। लड़की ने उसकी बेरुखी से तग आकर दूसरे व्यक्ति से विवाह कर लिया। इससे प्रकाश को बड़ा सदमा पहुँचा और तब से वह स्त्रियों को केवल विलासिता की सामग्री-मात्र समझने लगा। उसकी जुआ, शराब और वेश्यागमन आदि की आदतें और भी जोर पकड़ गईं। धीरे-धीरे वह नपुंसक होने लगा और उसकी परिचित एक निर्लज्ज स्त्री ने उस पर एक दिन छीटाकशी भी कर दी। उसी समय से प्रकाश उस दुखदायी आत्मबोध और आत्मप्रताड़ना (self-repudiation) के विचारों से परेशान रहने लगा। वह समझने लगा कि लोग उसे स्त्रियों की भाँति कोमल समझते हैं। वह अपरिचितों को भी नजर उठाकर देखने में भिन्नकने लगा। तभी से सहसा उसके मन में यह विचार घर कर गया कि उसकी जननेन्द्रियाँ सञ्ज्ञाशून्य हो रही हैं और वह इसे बिलकुल सत्य समझने लगा।

प्रकाश कार्यात्मक रूप से तो पहले ही नपुंसक बन चुका था किन्तु छीटाकशी से उत्पन्न होने वाले विचार ने उसके अन्दर घर क्यों कर लिया? इलाज कराने के दो महीने बाद प्रकाश अपने दुखदायी विश्वास को भूल चुका था। किन्तु जब उसे इलाज दो महीने और जारी रखने को कहा गया तो उसने अपने आपको बिलकुल ठीक समझकर इलाज जारी रखने से इनकार कर दिया। सात-आठ महीने बाद वह अपने को अप्रकृत रूप से अजेय और अमिट समझने लगा (इस मानसिक रोग को पैरानोइया कहा जाता है जिस पर और कहीं विस्तृत प्रकाश डाला गया है)। वह यह कहा करता था कि वह जो चाहे पा सकता है और उसकी इच्छा-प्राप्ति में ससार की कोई शक्ति बाधक नहीं बन सकती। अब प्रकाश के नपुंसकता के दुखदायी विचार को आसानी से समझा जा सकता है। नपुंसकता का विचार उसकी ईश्वर के समान बनने की अतिरिजित महत्वाकांक्षा (जो बाद में उसे पैरानोइया की ओर ले गई) को रोकने का एक साधन-मात्र था।

जिस प्रकार एक वृक्ष अपनी जड़ें जमीन के अन्दर गहराई तक गड़ा कर अपना सन्तुलन बनाए रखता है उसी प्रकार मनुष्य भी अपनी जाति और स्वार्थ

के लक्ष्यों और बहुअर्थी प्रयोजनों के प्रति अपनी शक्ति का संगठन और सन्तुलन स्थापित करने का प्रयत्न करता रहता है। अगर व्यक्ति की अधिकांश शक्ति उसकी अहम्-तृप्ति की दिशा में ही प्रवाहित होने लगती है तो उसका मनस् उसी दिशा की ओर शक्ति का निरन्तर प्रवाह होते रहने के विरुद्ध प्रतिक्रिया करने लग जाता है जिससे शक्ति अन्त दिशाओं की ओर भी प्रवाहित हो सके। प्रकाश की सारी मानसिक शक्ति एक ही दिशा की ओर प्रवाहित होने लगी थी जिससे उसका मनस् आत्म-प्रताडना (Self-repudiation) के रूप में उसका विरोध करके शक्ति को अन्य दिशाओं की ओर प्रवाहित करना चाहता था।

आत्म-प्रताडना की प्रतिक्रियाएँ ग्राह्यकीय, प्रभावकीय या मानसिक किसी भी स्तर पर हो सकती हैं जिनका उल्लेख आगे यथास्थान किया जाता रहेगा।

११-प्रक्षेपण—अपने अन्दर सक्रिय किसी असहनीय उद्देश्य, इच्छा या कामना का आश्रय किसी दूसरे व्यक्ति को बना देना प्रक्षेपण (projection) कहलाता है। प्रक्षेपण अक्सर आत्म-प्रताडना की भावना का किया जाता है। जिस भावना का प्रक्षेपण किया जाता है वह व्यक्ति के अन्दर ही उत्पन्न होती है किन्तु वह उसे स्वीकार नहीं करता और यह समझने लगता है कि वह भावना उसके अन्दर किसी अन्य व्यक्ति द्वारा जबरदस्ती उत्पन्न करायी जा रही है। व्यक्ति को प्रक्षेपण की भावना का गुणात्मक अनुभव होता है।

प्रक्षेपण और तादात्म्यीकरण (Identification) में भेद होता है और उन्हें एक ही नहीं समझना चाहिए। तादात्म्यीकरण द्वारा व्यक्ति अपना सम्बन्ध किसी सार्थक बात से जोड़ने का प्रयत्न करता है। प्रक्षेपण द्वारा वह अपनी किसी दुःखदायी भावना से छुटकारा पाने की चेष्टा करता है। व्यक्ति अपना तादात्म्यीकरण महत्वपूर्ण बातों से करता है और अवाञ्छित बातों का प्रक्षेपण करता है।

प्रक्षेपण और प्रतिष्ठापन (Rationalization) में भी अन्तर होता है। प्रतिष्ठापन द्वारा व्यक्ति अपने उद्देश्य या प्रवृत्ति को किसी भूठी सार्थकता से ढँकता है। वह अपनी प्रवृत्ति को स्वीकार तो कर लेता है किन्तु एक ऐसे रूप में जो उसको हर तरह से मान्य होता है। प्रक्षेपण में वह अपनी प्रवृत्ति को अस्वीकार करके उसका आश्रय किसी अन्य व्यक्ति को बनाता है।

प्रक्षेपण अहम्-जन्य होता है। व्यक्ति अपने गुनाह की भावना को, नैतिक गन्दगी की भावना को या अपने किसी अभाव को प्रक्षेपित करता है। वह उसी बात का प्रक्षेपण (projection) करता है जो उसके अहम् को

असहनीय या आघात पहुँचाने वाली होती है। प्रक्षेपण कभी-कभी व्यक्ति की गौण प्रतिक्रिया का रूप भी ले लेता है। उसकी प्रमुख प्रतिक्रिया या तो शमन हो सकती है या आत्म-प्रताड़ना। शमन द्वारा बात दब तो जाती है किन्तु उसका रागात्मक पक्ष नहीं दब पाता। वह रागात्मक पक्ष दुखदायी बन जाता है और व्यक्ति को प्रक्षेपण करने को विवश कर देता है।

जहाँ व्यक्ति की मुख्य प्रतिक्रिया आत्मप्रताड़ना का रूप ले लेती है वहाँ मानसिक क्रिया का एक जटिल रूप उपस्थित हो जाता है। अहम् की अतिरजित कामनाओं के कारण इस बात का खतरा रहता है कि कहीं व्यक्ति का मानसिक सगठन छिन्न-भिन्न न हो जाय। व्यक्ति को इस खतरे से बचाने के लिए आत्म प्रताड़ना की प्रतिक्रिया का आविर्भाव होता है। इस प्रकार एक ओर तो आत्म-प्रताड़ना होती है और दूसरी ओर उसको सहन न कर सकने का उद्देश्य, जिसके कारण व्यक्ति प्रक्षेपण द्वारा आत्म-तिरस्कार की भावना से बचना चाहता है। उसका अहम् स्वतन्त्र हो जाता है। यह पैरानोइया (Paranoia) नामक मानसिक रोग की पहली सीढ़ी होती है।

अर्जित पद्म

सीखना

हम परिवेश को जानने के साधनों और परिवेश से अपना सतुलन कर सकने की क्रियाओं पर विचार कर चुके हैं। परिवेश को जानने और उससे कुछ सीमा तक अपना सतुलन कर सकने के वे साधन जिन पर विचार किया जा चुका है जन्मजात होते हैं; उन्हें सीखना नहीं पड़ता। किन्तु इतना ही काफी नहीं है। हमारा परिवेश (environment) विशाल होता है और उसके प्रत्येक पक्ष से अपना संतुलन कर सकने के लिए हमें बहुत सी नई बातें सीखनी पड़ती हैं। मनुष्य का परिवेश आहार, निद्रा, भय और मैथुन तक ही सीमित नहीं है। उसके परिवेश के अनेक पक्ष होते हैं—सामाजिक, व्यापारिक, वैधानिक इत्यादि। परिवेश के इन पक्षों के प्रति बिना सीखे सतुलन नहीं किया जा सकता। मनुष्य ने अपनी शिक्षा, पूर्वजों के अनुभवों और परम्परा से आज तक जो कुछ सीखा है यदि वह उससे छीन लिया जाय तो मनुष्य का सारा परिवेश निरर्थक बन जायगा और वह अपने निरर्थक परिवेश का कठपुतला-मात्र होकर रह जायगा।

किसी बच्चे को दियासलाई की डिब्बी दे दीजिये तो वह उससे बड़े हर्ष-पूर्वक खेलने लगेगा; कभी उसे बजाएगा, कभी मुँह में रक्खेगा। किन्तु यदि आप एक बार उसी दियासलाई से उसका हाथ जला दें तो वह फिर दियासलाई की डिब्बी को छुएगा तक नहीं। फिर जलाए जाने पर वह उस जगह जाने से भी डरेगा जहाँ दियासलाई रक्खी होगी। यदि दो-तीन बार बच्चे का हाथ जलने पर उसे दियासलाई शब्द मालूम जो जाय तो वह दियासलाई का नाम भर ले देने से डर कर चिल्लाने लगेगा। यह घटना स्वाभाविक रूप से सीखने का एक अच्छा उदाहरण है। यह तो हम देख ही चुके हैं कि प्राणी का सारा व्यवहार किसी उत्तेजना के प्रति की गई प्रतिक्रिया होता है। दूध का जला जिस तरह छाछ को फूँक फूँककर पीता है उसी तरह दियासलाई से जला बच्चा दियासलाई के नाम से भी डरने लगता है। जलने के पहले दियासलाई के प्रति उसकी प्रतिक्रिया हर्ष-पूर्वक खेलने के रूप में होती थी। जलने के बाद दियासलाई के प्रति उसकी प्रतिक्रिया में परिवर्तन हो जाना ही सीखना है। सीखना किसी उत्तेजना के प्रति व्यवहार का बदल जाना होता है।

सीखना और परिपक्वता—किन्तु व्यवहार शरीर की प्राकृतिक वृद्धि के साथ-साथ भी बदलता है । क्या इसे भी सीखना कहा जाय ? नहीं । शारीरिक विकास से व्यवहार में जो परिवर्तन हो जाते हैं उन्हें परिपक्वता (maturity) कहना ठीक होगा । परिपक्वता और सीखना अन्योन्याश्रित है और व्यवहार-परिवर्तन का कारण किसी एक को मान लेना गलत होगा । सीखने से व्यवहार पुनर्व्यवस्थित बनता है । व्यवहार में जो न्यूरोनीय व्यवस्था रहती है वह सीखने से दृढ़ बनती है । स्नायु-प्रबन्ध के प्रसंग में हमने देखा था कि हमारा मनस् विभिन्न न्यूरोनीय प्रेरणाओं का ऐसा सगठन करता है जिससे हम व्यवस्थित ढंग से क्रिया कर सकने में समर्थ हो पाते हैं । यह सगठन और व्यवस्था ही सीखना है चाहे वह बोधवाहक हो या क्रियावाहक । समुचित न्यूरोनीय सगठन और व्यवस्था के लिए मनस् और मासपेशियों के परिपक्व होने की अपेक्षा होती है । बहुत छोटा बच्चा वस्तुओं में भेद नहीं कर पाता क्योंकि भेद कर सकने की क्रिया के लिए जिस न्यूरोनीय व्यवस्था की आवश्यकता होती है बच्चे का मनस् अपरिपक्व होने से वह व्यवस्था नहीं कर पाता । छोटा बच्चा चल नहीं पाता क्योंकि उसकी मासपेशियों में क्रियावाहक सगठन कर सकने योग्य परिपक्वता नहीं होती । खाना, पीना, चलना, साँस लेना, दौड़ना, वस्तुओं में भेद कर सकना आदि क्रियाएँ ऐसी हैं जो जन्मजात होती हैं और परिपक्वता के साथ-साथ प्राणी उन्हें अनायास ही सीख जाता है । यहाँ सीखने से हमारा तात्पर्य उन न्यूरोनीय बोधवाहक और क्रियावाहक सगठनों से है जो प्राणी में जन्मजात या उसकी परिपक्वता का परिणाम न होकर चेष्टा द्वारा सीखे जाते हैं । उदाहरण के लिये पढ़ना, बुनना, बाइसिकिल चलाना, चिंतन करना आदि को लिया जा सकता है । सीखने से प्राणी की बोधवाहक और क्रियावाहक न्यूरोनीय प्रेरणाओं में नया सम्बन्ध स्थापित होता है जो जन्मजात या पहले से नहीं होता और उसको स्थापित करने के बाद प्राणी परिवेश से अपना सतुलन और भी अधिक कुशलता से कर सकने की क्षमता अर्जित कर लेता है । अतएव सीखने से तात्पर्य प्राणी की अर्जित क्रियाओं से है, जन्मजात क्रियाओं से नहीं ।

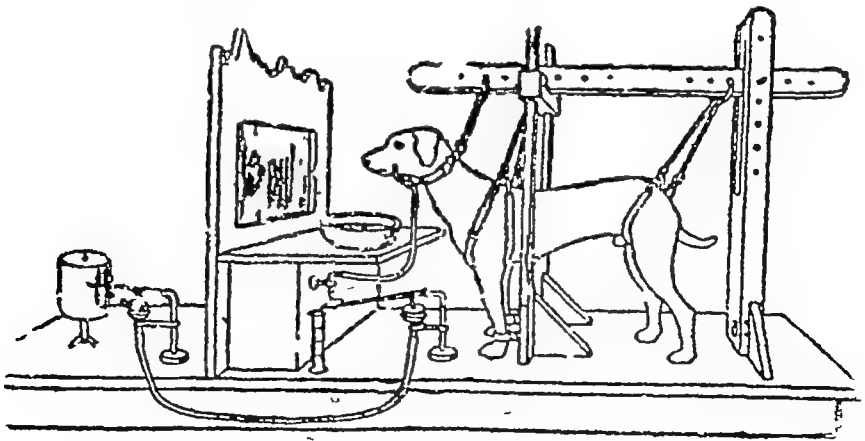
परिवेश से भली-भाँति सतुलन कर सकने के लिए न्यूरोनीय प्रेरणाओं में नए सम्बन्ध अनेक प्रकार से स्थापित किए जा सकते हैं । नीचे सीखने के कुछ प्रमुख प्रकारों पर दृष्टिपात किया जायगा ।

(१) सापेक्षीकरण

यह देखा जा चुका है कि हर प्रतिक्रिया तत्सम्बन्धी उत्तेजना मिलने पर ही होती है । उत्तेजना और तत्सम्बन्धी प्रतिक्रिया में सक्रिय सम्बन्ध होता

है। यदि किसी उत्तेजना से तत्सम्बन्धी प्रतिक्रिया नहीं होती तो वह उत्तेजना उस प्रतिक्रिया के लिये तटस्थ उत्तेजना कही जाती है। खाना देखकर मुँह में लार का आना, सुई चुभने पर पैर का हट जाना, तेज प्रकाश में पुतली का सिकुड़ जाना आदि उत्तेजनाओं और प्रतिक्रियाओं में सक्रिय सम्बन्ध है। घटी सुनकर मुँह में लार नहीं आती, किताब देखकर पुतली नहीं सिकुड़ती और दरी छूने पर पैर नहीं हटते क्योंकि यहाँ उत्तेजनाओं और प्रतिक्रियाओं में सक्रिय सम्बन्ध नहीं है। मुँह में लार आने, पुतली सिकुड़ने और पैर हटने की प्रतिक्रियाओं के लिए घटी, किताब और दरी आदि की अपेक्षा नहीं होती इसलिये वे उपर्युक्त प्रतिक्रियाओं के लिए तटस्थ उत्तेजनाएँ होती हैं। सक्रिय उत्तेजनाओं से तो तत्सम्बन्धी प्रतिक्रियाओं का होना स्वाभाविक है किन्तु सिखाए जाने पर वही प्रतिक्रियाएँ तटस्थ उत्तेजनाओं से भी होने लगती हैं। इस विषय पर प्रकाश डालने के लिए यहाँ रूसी शरीर-विज्ञानवेत्ता ईवान पावलोफ की खोजों का अध्ययन कर लेना आवश्यक है।

ईवान पावलोफ मनोविज्ञानी नहीं था, शरीर-विज्ञानवेत्ता था। पाचन-क्रिया सम्बन्धी अध्ययन करते समय उसे सीखने के एक महत्वपूर्ण प्रकार का पता चला। तब से उसने इस बात का बड़ा विशाल अध्ययन किया कि सीखने में मनस् किस प्रकार क्रियाएँ करता है। अपनी प्रयोगशाला में वह कुत्तों पर प्रयोग करता था। उसने एक कुत्ते की लार सम्बन्धी ग्लैंड की नली (duct) निकाल दी और कुत्ते के निचले जबड़े में खड्क की नली लगा दी जिससे कुत्ते की लार कटोरे में इकट्ठी की जा सके (चित्र ५४)। इस प्रकार एक निश्चित समय में कुत्ते की लार कितनी टपकी यह नाप सकना सम्भव हो गया।



चित्र ५४

पावलोफ ने कुत्ते को खाना देने के पहले घटी वजाना शुरू किया। खाना

पाते ही कुत्ते के मुँह से लार बहने लगती थी क्योंकि लार बहने की प्रतिक्रिया के लिए खाना सक्रिय उत्तेजना है। बाद में कुत्ते को घटी बजने और खाना देने की दोनों उत्तेजनाएँ लगातार साथ-साथ दी जाने लगी। थोड़े दिनों के बाद देखा गया कि केवल घटी बजाने से ही कुत्ते के मुँह से लार बहने लगती थी। इस प्रकार खाने और कुत्ते की लार बहने में पहले जो सम्बन्ध था वही अब पावलोफ के उपर्युक्त प्रयोग के बाद घटी और लार में स्थापित हो गया। खाना-लार की जगह घटी-लार के इस नए सम्बन्ध के स्थापित होने को पावलोफ ने सापेक्षीकरण (conditioning) नाम दिया। किसी सक्रिय उत्तेजना (खाने) से होने वाली प्रतिक्रिया (लार बहने) का किसी तटस्थ उत्तेजना (घटी) से भी होने लगना सापेक्षीकरण कहलाता है।

इसके बाद पावलोफ और उसके साथियों ने कुत्ते की लार बहने की प्रतिक्रिया का देखने, सूँघने और छूने आदि की विभिन्न उत्तेजनाओं से सापेक्षीकरण किया। पावलोफ का विचार था कि विभिन्न उत्तेजनाओं द्वारा सापेक्षीकरण करने पर कान, आँख, नाक, खाल आदि और लारवाही यन्त्र में कुछ नए 'न्यूरोनीय द्वार' बन जाते हैं जिनका संचालन कोर्टेक्स (cortex) से होता है। अब अनेक प्रयोगों के आधार पर यह सिद्ध हो चुका है कि यद्यपि सापेक्षीकरण में सामान्यतः कोर्टेक्स का भाग रहता है तथापि सापेक्षीकरण कोर्टेक्स पर निर्भर नहीं होता। कोर्टेक्स निकाल दिए जाने पर भी प्राणी का सापेक्षीकरण करना सम्भव है। किन्तु यह विवादग्रस्त विषय है कि कोर्टेक्स रहित अवस्था में प्राणी के सापेक्षीकरण को वास्तविक सापेक्षीकरण कहा जा सकता है या नहीं। पावलोफ का विश्वास था कि प्राणी जो कुछ भी सीखता है उस सब को सापेक्षीकरण कहा जा सकता है। "तरह-तरह की आदतें, शिक्षा और हर प्रकार का संयम और दीक्षा सापेक्षीकृत प्रक्षिप्त क्रियाओं (conditioned reflexes) की एक लम्बी श्रृंखला के अतिरिक्त और कुछ नहीं है।"

सापेक्षीकरण की दिशा—सापेक्षीकरण अनुसन्धान का बहुत बड़ा विषय रहा है और उससे सम्बन्धित अनेक जटिल प्रश्न हैं। वास्तव में सापेक्षीकरण की क्रिया उतनी सरल नहीं है जितनी कि लग सकती है। पहला प्रश्न सापेक्षीकरण की दिशा के बारे में है—सापेक्षीकरण किस दिशा में होता है और क्यों होता है? यह ठीक है कि घटी की आवाज लार बहने की प्रतिक्रिया के लिए तटस्थ उत्तेजना है किन्तु घटी सुनकर कुत्ता अपने कान खड़े कर सकता है जो स्वाभाविक है। फिर खाने की उत्तेजना से कान खड़े करने की प्रतिक्रिया

का सापेक्षीकरण क्यों नहीं होता ? सक्रिय उत्तेजना (खाना) तटस्थ उत्तेजना (घटी) से होने वाली स्वाभाविक प्रतिक्रिया (कान खड़े होने) का सापेक्षीकरण क्यों नहीं करती, तटस्थ उत्तेजना (घटी) ही सक्रिय उत्तेजना (खाने) की प्रतिक्रिया (लार बहने) का सापेक्षीकरण क्यों करती है ? दूसरे शब्दों में सापेक्षीकरण घटी से लार बहने की दिशा में ही क्यों होता है, खाना देखकर कान खड़े होने की दिशा में क्यों नहीं होता ?

इसलिए नहीं होता कि खाने और लार बहने का सम्बन्ध आन्तरिक प्रेरणा (भूख) पर आधारित होने से अधिक प्रबल होता है । सापेक्षीकरण आन्तरिक प्रेरणा की प्रबलता की दिशा में होता है । लार बहना एक प्रबल और प्रधानता रखनेवाली आन्तरिक प्रेरणा पर आधारित खाना खाने की प्रतिक्रिया की तैयारी का उपकरण है । यदि घटी की आवाज इतनी तेज होती कि वह कुत्ते में डर की प्रतिक्रिया पैदा कर सकती तो सापेक्षीकरण विपरीत दिशा में होता और कुत्ता खाना सामने होने पर भी घटी की डरावनी आवाज सुनकर अपने कान खड़े कर भाग जाता । यह प्रयोग बिल्ली पर करके देखा गया है । जब बिल्ली चूहे पर झपटती थी तभी उसे बिजली की करंट का झटका मार दिया जाता था । कई बार झटका मारने के बाद यह देखा गया कि तब बिल्ली चूहे को देखते ही भागने लगती थी । तब चूहे का दिखाई पड़ना उसके लिए तर माल की आशा न होकर मौत का सामना हो गया था । तब चूहे (खाने) को देखकर बिल्ली के मुँह में लार नहीं आती थी वरन् आँखों के सामने मौत का अँधेरा नाच उठता था क्योंकि यहाँ आत्मरक्षण की आन्तरिक प्रेरणा खाने की आन्तरिक प्रेरणा से अधिक प्रबल हो गई थी जिससे सापेक्षीकरण आत्मरक्षण की प्रतिक्रिया (भागने) की दिशा में होने लगा था ।

उत्तेजनाओं की पुनरावृत्ति—दूसरा प्रश्न यह है कि सापेक्षीकरण सक्रिय और तटस्थ उत्तेजनाओं को कितनी बार साथ-साथ देने पर हो सकता है ? सापेक्षीकरण के लिए क्या सक्रिय और तटस्थ उत्तेजनाओं की पुनरावृत्ति (repetition) आवश्यक है ? पावलोफ के प्रयोगों में खाने और घटी की उत्तेजना अनेक बार दी जाती थी इसलिए सापेक्षीकरण के लिए उनकी पुनरावृत्ति को आवश्यक समझा जाता था । किन्तु वाट्सन और अन्य मनोविज्ञानी अपने प्रयोगों से इस नतीजे पर पहुँचे हैं कि कभी कभी सक्रिय और तटस्थ उत्तेजनाओं को केवल एक ही बार देने से सापेक्षीकरण हो सकता है । वाट्सन ने अपने प्रयोगों से बच्चों में डर की प्रतिक्रिया का सापेक्षीकरण करके देखा । बच्चे के सामने एक खरगोश लाया गया और उसी क्षण बड़ी डरावनी आवाज की गई । बच्चा तत्काल खरगोश की ओर से विमुख हो डरकर भाग

गया। एक ही बार के प्रयोग से बच्चे में ऐसा पक्का सापेक्षीकरण हो गया कि वह खरगोश को देखते ही भागने लगता था। खरगोश अब बच्चे के लिए खेलने की चीज न होकर बचने की चीज बन गया। किन्तु बच्चे का यह सापेक्षीकरण उसकी संचारी-भावात्मक (emotional) प्रतिक्रिया पर आधारित था। इससे यही सिद्ध होता है कि जहाँ प्रतिक्रिया संचारीभावात्मक होती है वहाँ सापेक्षीकरण के लिए सक्रिय और तटस्थ उत्तेजनाओं की पुनरावृत्ति आवश्यक नहीं होती। किन्तु यह देखा गया है कि जो प्रतिक्रियाएँ संचारी-भावात्मक नहीं होती वहाँ सापेक्षीकरण उत्तेजनाओं की पुनरावृत्ति के अनुपात से ही दृढ़ बनता है।

सापेक्षीकरण में उत्तेजनाओं की पुनरावृत्ति के अलावा भी महत्वपूर्ण बातें होती हैं। सापेक्षीकरण ठीक से तभी हो सकता है जब सक्रिय और तटस्थ उत्तेजनाओं पर पूरा ध्यान दिया जाय। यदि कोई तीसरी उत्तेजना पूरी तरह से ध्यान देने में बाधक बन जाती है तो सापेक्षीकरण नहीं हो पाता। सापेक्षीकरण बाधक उत्तेजनाओं के अभाव में ही अच्छी तरह हो पाता है। पावलोफ ने इसीलिए बाद में अपने कुत्ते को खिड़की रहित अकेले कमरे में रखकर उस पर प्रयोग किए और तब पावलोफ को कुत्ते के सापेक्षीकरण में उत्तेजनाओं की अधिक पुनरावृत्ति नहीं करनी पड़ी। सापेक्षीकरण में बाहरी उत्तेजनाएँ ही बाधक नहीं होती, प्राणी के शरीर की आन्तरिक उत्तेजनाएँ भी बाधक बन सकती हैं। इसलिए बाधक उत्तेजनाओं के पूरी तरह हटाए जाने पर ही सापेक्षीकरण भली-भाँति हो सकता है। आन्तरिक बाधक उत्तेजनाओं को हटा सकना असम्भव नहीं तो बहुत कठिन अवश्य होता है। शायद पुनरावृत्ति किसी सीमा तक बाधक उत्तेजनाओं को हटाने में सहायक बनती हो।

उत्तेजनाओं का क्रम और अवधि-सम्बन्ध—सापेक्षीकरण करने के लिए साधारणतः तटस्थ उत्तेजना को पहले देना चाहिए और सक्रिय उत्तेजना को बाद में। यह क्रम उलट देने पर भी कुछ दशाओं में सापेक्षीकरण होना सम्भव है। पावलोफ के प्रयोग में घटी-खाना या खाना-घंटी की उत्तेजना के इन दोनों क्रमों से सापेक्षीकरण हो सकता है। किन्तु सक्रिय उत्तेजना को तटस्थ उत्तेजना के बाद देना अधिक उपयुक्त होता है। सापेक्षीकरण हो चुकने पर प्रतिक्रिया तटस्थ उत्तेजना (घटी) मिल चुकने के बाद होती है इसलिए इस बात का ख्याल रखना चाहिए कि तटस्थ उत्तेजना तब तक मिलती रहे जब तक प्रतिक्रिया ठीक से न होने लगे। यदि कोई लड़का कमरे में घुसते ही अपनी किताबें ठीक से न रखकर इधर-उधर डाल देता है तो उससे किताबें

उठवाकर उसे कमरे से बाहर जाकर फिर अन्दर आकर किताबें ठीक से रखने को कहिए। थोड़े दिनों बाद कमरे के दरवाजे को देखने से ही लड़के के अन्दर ऐसा सापेक्षीकरण हो जायगा कि वह अन्दर आने पर किताबें ठीक से रखने लगेगा। हमारा शरीर इस ढंग से क्रिया करने की चेष्टा करता रहता है जिससे उसकी शक्ति का अपव्यय न हो। शक्ति का अपव्यय रोकने की प्रधानता के कारण व्यक्ति उस काम को शीघ्र करने लगता है जिसको सिखाने के लिए उसकी शक्ति का अपव्यय जबर्दस्ती कराया जाय।

लार बहना, भटका खाने पर शरीर के किसी अंग, उँगली आदि को हटा लेना आदि साधारण प्रक्षिप्त (reflex) क्रियाओं के सापेक्षीकरण के लिए तटस्थ और सक्रिय उत्तेजनाओं को देने की अवधि में ०.२ से ०.६ सेकेंड का अन्तर अभीष्ट है। इस अवधि के बढ़ाए जाने पर भी सापेक्षीकरण हो जाता है। पावलोफ के प्रयोग में घटी और खाने की उत्तेजना देने में दो मिनट का अन्तर किया जा सकता है किन्तु तब सापेक्षीकरण हो जाने के बाद घटी बजाए जाने पर कुत्ते की लार दो मिनट के बाद ही टपकना शुरू होगी क्योंकि कुत्ता लार टपकाने की प्रतिक्रिया को दो मिनट तक रोक रखना सीख लेता है।

सापेक्षीकरण पर आयु का प्रभाव—सापेक्षीकरण और आयु के सम्बन्ध पर किए गये प्रयोगों से यह पता चला है कि सापेक्षीकरण बच्चों के भ्रूणकाल से प्रारम्भ हो सकता है। कुछ मनोविज्ञानी मृद्धी बँधने को सापेक्षीकृत प्रतिक्रिया मानते हैं जो बच्चों की गर्भावस्था के पाँचवें महीने से शुरू हो जाती है।

जन्म के बाद के प्रारम्भिक सप्ताहों में बच्चों पर सापेक्षीकरण के अनेक प्रयोग किए गए हैं। स्कूल जाने की अवस्था पर बच्चों का सापेक्षीकरण अधिक सक्रिय होने लगता है। एक प्रयोग में बच्चों में निगलने की प्रतिक्रिया का सापेक्षीकरण किया गया। इस प्रयोग में एक वर्ष की आयु में सापेक्षीकरण सक्रिय और तटस्थ उत्तेजना को ८ बार साथ-साथ देने पर हुआ, दो वर्ष की आयु में ७ बार देने पर, तीन वर्ष की आयु में ५ बार देने पर और चार और पाँच वर्ष की आयु में ४ बार देने पर।

स्कूल जाने की अवस्था बीत जाने पर सायास (voluntary) प्रतिक्रियाओं का सापेक्षीकरण करना कठिन हो जाता है। इस अवस्था में बच्चों की प्रवृत्तियाँ अपने प्रभाव से सापेक्षीकरण के प्रदर्शन में बाधा डालती हैं। बच्चा प्रयोगकर्ता की इच्छा को जानकर उसके अनुकूल प्रतिक्रिया कर सकता

है या वह अपनी पराजय न मानने के हठ से आकर प्रयोगकर्ता की इच्छा के प्रतिकूल प्रतिक्रिया कर सकता है। यदि प्रयोग के बीच में बच्चे की मनोवृत्ति बदल जाय तो उसकी प्रतिक्रिया पर अकथनीय प्रभाव पड़ सकता है जिससे सापेक्षीकरण बिगड़ सकता है।

इन कारणों से प्रौढ बच्चों और वयस्कों का सफल सापेक्षीकरण तभी किया जा सकता है जब वे प्रयोगकर्ता के उद्देश्य को न जान पाएँ या उनकी उन प्रतिक्रियाओं को सापेक्षीकृत किया जाय जिन पर वे सायास नियंत्रण न रख सकें।

उत्तेजनाओं का सामान्यीकरण और विभेदीकरण—जिस उत्तेजना से सापेक्षीकरण हो चुका है उस उत्तेजना से समानता रखनेवाली अन्य उत्तेजनाएँ भी वही सापेक्षीकृत प्रतिक्रिया करवा सकती हैं। बच्चे के डर की प्रतिक्रिया का यदि सफेद बिल्ली से सापेक्षीकरण करा दिया जाय तो वह अन्य सफेद चीजों जैसे खरगोश, रूई के ढेर आदि के प्रति भी डर की प्रतिक्रिया कर सकता है। यह उत्तेजनाओं के सामान्यीकरण (generalisation) का उदाहरण है। सापेक्षीकरण किसी विशेष उत्तेजना से न होकर उससे समानता रखने वाली उत्तेजनाओं के वर्ग से होता है। उस वर्ग की कोई भी उत्तेजना सापेक्षीकृत प्रतिक्रिया करवा सकती है।

यद्यपि सापेक्षीकरण समान उत्तेजनाओं के वर्ग से होता है किन्तु विशिष्ट उत्तेजना से भी किया जा सकता है। विशिष्ट उत्तेजना से सापेक्षीकरण करने के लिए उस उत्तेजना के साथ सक्रिय उत्तेजना को बार-बार देना चाहिए; अन्य समान उत्तेजनाओं के साथ सक्रिय उत्तेजना नहीं देना चाहिए। ऐसा करने से विशिष्ट उत्तेजना के प्रति सापेक्षीकरण पुनर्शक्त (reinforce) होता जायगा और अन्य समान उत्तेजनाओं के प्रति अशक्त। परिणाम-स्वरूप पुनर्शक्त और अपुनर्शक्त उत्तेजनाओं में विभेदीकरण (differentiation) कर सकने की योग्यता बढ़ जायगी।

विभेदीकृत सापेक्षीकरण द्वारा विभिन्न बोधागों द्वारा ग्रहण की जाने वाली उत्तेजनाओं का विश्लेषण कर सकने में आसानी होती है। बच्चे और पशु यह नहीं बता सकते कि उन्हें क्या बोध होता है। उन्हें क्या बोध होता है इसका पता उनकी विभेदीकृत सापेक्षीकृत प्रतिक्रियाओं से चल सकता है। यदि हम यह जानना चाहें कि बच्चा या पशु तीव्रता की किस मात्रा तक के विभेद का बोध कर सकता है तो हमें तीव्रता की एक निश्चित मात्रा और उसके आसपास की विभिन्न तीव्रताओं से उसका सापेक्षीकरण कर विभिन्न तीव्रताओं को पुनर्शक्त नहीं करना चाहिए। जब बच्चे या पशु में उस निश्चित मात्रा की तीव्रता के प्रति डर की प्रतिक्रिया का सापेक्षीकरण हो जाय तो हमें तीव्रता

को धीरे-धीरे घटाना चाहिए। इस प्रकार यह निर्धारित किया जा सकता है कि बच्चा या पशु तीव्रता के कितने भेद तक सापेक्षीकृत प्रतिक्रिया कर पाता है। वह तीव्रता के जितने भेद तक सापेक्षीकृत प्रतिक्रिया करेगा, उसे तीव्रता के उतने ही विभेद का बोध होगा।

सापेक्षीकरण का महत्व—मनुष्य के दैनिक व्यवहार का बहुत बड़ा भाग सापेक्षीकरण द्वारा अर्जित किया जाता है। विभिन्न लोगो, स्थितियों, विचारो, पदार्थों, सामाजिक, राजनैतिक और धार्मिक दृष्टिकोणो आदि के प्रति मनुष्य का राग या विराग जीवन के प्रारम्भ में अर्जित सापेक्षीकरण का ही परिणाम होता है। जो लोग, स्थितियाँ, विचार या पदार्थ सुखदायी होते हैं उनके प्रति मनुष्य की भावना रागात्मक हो जाती है और जो दुःखदायी होते हैं उनके प्रति विरागात्मक। चूँकि मनुष्य की भावनाएँ उसके चरित्र और व्यक्तित्व का निर्माण करती हैं इसलिए चरित्र और व्यक्तित्व के विकास में सापेक्षीकरण का बड़ा महत्व है। साधारण मनुष्य की पाप-पुण्य, अच्छाई-बुराई की धारणाओं, घृणा और प्रेम की प्रवृत्तियों और भापा के अभिधात्मक सम्बन्धों का सापेक्षीकरण उसके समाज में प्रतिष्ठित मापदण्डों और व्यक्तिगत सम्पर्क से प्राप्त अनुभवों द्वारा होता है।

किन्तु सापेक्षीकरण का प्राणी पर अवाछनीय प्रभाव भी पड़ सकता है। कुछ बच्चों में हाथी को देखकर डर की प्रतिक्रिया का ऐसा सापेक्षीकरण हो जाता है कि वे घर से बाहर निकलने में डरने लगते हैं जो अवाछनीय है। इसी प्रकार मनुष्य के सामाजिक, व्यक्तिगत, राजनैतिक या धार्मिक दृष्टिकोणों का भी अनेक प्रकार से अवाछनीय सापेक्षीकरण हो सकता है। ऊँची जगह जाने में डरना, सीढ़ी पर चढ़ने में काँपना, बहता पानी देख कर भयभीत हो जाना, खून देखकर हाथ-पाँव फूल जाना आदि अवाछनीय सापेक्षीकरण के कुछ उदाहरण हैं। अवाछनीय सापेक्षीकरण की निर्मूलता और अनर्गलता जानते हुए भी लोग अपने पर नियंत्रण कर सकने में असफल रहते हैं। अवाछनीय सापेक्षीकरण कुशलता-प्राप्ति में बाधक बनकर जीवन की सफलता के मार्ग में रोड़ा बन सकता है। क्या अवाछनीय सापेक्षीकरण का उच्छेद कर सकने के उपाय हैं?

सापेक्षीकरण का उच्छेद—सापेक्षीकृत प्रतिक्रियाओं का निर्माण चूँकि व्यवहार में होता है इसलिए उनका उच्छेद (extinction) भी सम्भव है। सापेक्षीकरण को यदि समय-समय पर पुनर्शक्त (reinforce) न किया जाय तो वह धीरे-धीरे लुप्त होने लगता है। पावलोफ के प्रयोग में यदि कुत्ते को

बहुत अवधि तक घटी के बाद खाना न दिया जाय तो उसमे घटी से लार बहने की प्रतिक्रिया क्षीण पड़ते-पड़ते लुप्त होने लगेगी। किन्तु यह भी देखा गया है कि लुप्त हो चुकी सापेक्षीकृत प्रतिक्रिया कभी-कभी फिर प्रस्फुटित हो जाती है, इसलिए सापेक्षीकरण के अधिक सक्रिय उच्छेद के लिए कोई दूसरा उपाय ढूँढना चाहिए।

एक अच्छा उपाय पुनर्सापेक्षीकरण (reconditioning) है। पुनर्सापेक्षीकरण द्वारा जिस उत्तेजना से पहले सापेक्षीकरण हो चुका है प्राणी का उस उत्तेजना से ऋणात्मक समायोजन (negative adaptation) कराया जाता है। जब कोई पहले-पहल किसी कारखाने या बाजार के पास रहता है तो वहाँ के शोरगुल से परेशान होता है किन्तु धीरे-धीरे उसका उस शोरगुल से ऋणात्मक समायोजन हो जाता है और तब वह परेशान नहीं होता। थोड़ा शुरू-शुरू में अपने मुँह में लगाम नहीं लगाने देता किन्तु धीरे-धीरे उसका लगाम के प्रति ऋणात्मक समायोजन कर दिया जाता है और वह लगाम लगाने देता है।

सापेक्षीकरण के उच्छेद का एक और उपाय सापेक्षीकरण करने वाली उत्तेजना को किसी वाछनीय संचारीभावात्मक (emotional) प्रतिक्रिया से सम्बन्धित कर देना होता है। यदि कोई बच्चा बिल्ली से डरता है तो जिस समय बच्चे में किसी सुखद प्रतिक्रिया (खेलने आदि) की प्रधानता हो उस समय उसे दूर पर बिल्ली को खेलते हुए दिखाया जाय। इस प्रकार बच्चे की उस समय प्रधानता रखने वाली सुखद प्रतिक्रिया (खेलना) बिल्ली की उत्तेजना से सम्बन्धित हो जायगी और तब बिल्ली की उत्तेजना से हो गई डर की पुरानी सापेक्षीकृत प्रतिक्रिया का उच्छेद हो जायगा। लेकिन इसमें बहुत सावधान रहना चाहिये कि कहीं बिल्ली को देखकर बच्चे की डर की प्रतिक्रिया उसके खिलौनों आदि से सम्बन्धित न हो जाय। यदि किसी व्यक्ति को कोई ऐसी चीज खिलाना है जिसमें उसे रस न मिलता हो तो उस चीज को उसकी मनचाही चीजों के साथ देना चाहिए। मनचाहे खानों के प्रति उस व्यक्ति की सुखमय प्रतिक्रिया नापसन्द चीज से सम्बन्धित की जा सकती है।

(२) चूक और चेष्टा

ज्ञान-विज्ञान की महान् से महान् खोजों का मूल दैनिक जीवन के बहुत मामूली से लगने वाले अनुभवों में होता है। फलों को पेड़ों से गिरते हुए कौन नहीं देखता? किन्तु इस साधारण दैनिक अनुभव से गुरुत्वाकर्षण सिद्धान्त की खोज करने के लिए इसे न्यूटन की आँखों से देखना चाहिए। खिलते पानी

की पतीली के ढक्कन को उछलते हुए सभी देखते हैं किन्तु यह जेम्स वाट की पैनी दृष्टि थी जिसने इस मामूली अनुभव के पीछे भाप को वह अदम्य शक्ति देख ली जो वर्तमान मानव-सभ्यता के पहिए की धुरी बनी हुई है। जीवन के साधारण अनुभवों और घटनाओं को यदि पैनी दृष्टि से देखा जाय तो उनसे महत्वपूर्ण तथ्यों का पता चल सकता है। मनोविज्ञान के सिद्धान्त दैनिक अनुभवों से प्राप्त तथ्य ही तो हैं। ऐसी मनोरंजक घटनाओं की कमी नहीं है किन्तु यहाँ उस मनोरंजक घटना को सुनिये जिससे सीखने के एक महत्वपूर्ण प्रकार पर प्रकाश पड़ा।

प्रसिद्ध वनस्पति-शास्त्री लायड मॉर्गन अपने पालतू कुत्ते के साथ सबेरे टहलने जाया करते थे। टहलते समय कभी-कभी वे खिलवाड़ के लिए अपनी छड़ी कुत्ते के आगे फेंक देते थे। कुत्ता दौड़कर छड़ी अपने मुँह में दबाकर अपने स्वामी के पास ले आता था। एक दिन टहलते-टहलते वे ऐसी जगह जा पहुँचे जहाँ तारों का एक घेरा बना हुआ था। कौतूहलवश उन्होंने अपनी छड़ी तारों के घेरे के उस पार फेंक दी। घेरे में कुत्ते के उस पार निकल सकने भर के लिए एक छेद था। कुत्ता उस छेद में से निकल गया और छड़ी को मुँह में दबाकर उसी छेद से इधर आने लगा किन्तु छड़ी उसके मुँह में बीच से दबी होने के कारण नहीं निकल सकी। कुत्ते ने बार-बार चेष्टा की कि वह छड़ी सहित छेद से निकल आए किन्तु हर बार उसकी चेष्टा विफल रही। वह छड़ी को मुँह से छोड़कर बार-बार फिर पकड़ता था और छेद से निकलने की कोशिश में चूक जाता था। अकस्मात् उसने छड़ी के एक सिरे को मुँह से पकड़ा और इस बार वह छड़ी सहित छेद से इधर निकल आया।

प्रश्न उठता है कि यदि छड़ी द्वारा घेरे के उधर फेंक दी जाती तो क्या कुत्ता उसको सिरे से पकड़कर छेद से फिर इधर निकल आता? क्या कुत्ते ने छेद से निकल सकने के लिए छड़ी को सिरे से पकड़ना सीख लिया था? इसके उत्तर के लिए मॉर्गन ने छड़ी फिर घेरे के उधर फेंक दी। कुत्ता फिर छेद से उधर जाकर छड़ी को लाने लगा किन्तु फिर चूक गया। स्पष्ट था कि उसने अपने पूर्व अनुभव से कुछ नहीं सीखा। बार-बार कोशिश करने और चूकने पर अकस्मात् उसने छड़ी फिर सिरे से पकड़ ली और छेद से छड़ी सहित निकल आया। किन्तु इस बार की चेष्टा में उसे उतना समय नहीं लगा जितना पहली बार की चेष्टा में लगा था; शायद यह एक सयोगमात्र ही रहा हो। किन्तु देखा यह गया कि दिन प्रतिदिन कुत्ते की चूक (error) और उसकी सफल चेष्टा (trial) में समय का अन्तर क्रमशः घटता रहा और एक दिन उसने एक बार भी चूक (error) न करके छड़ी को सिरे से पकड़

कर छेद से निकल आना सीख लिया। इससे इस तथ्य का पता चला कि सीखने में चूक और चेष्टा (trial and error) का भी सापेक्षीकरण के बराबर ही महत्व होता है।

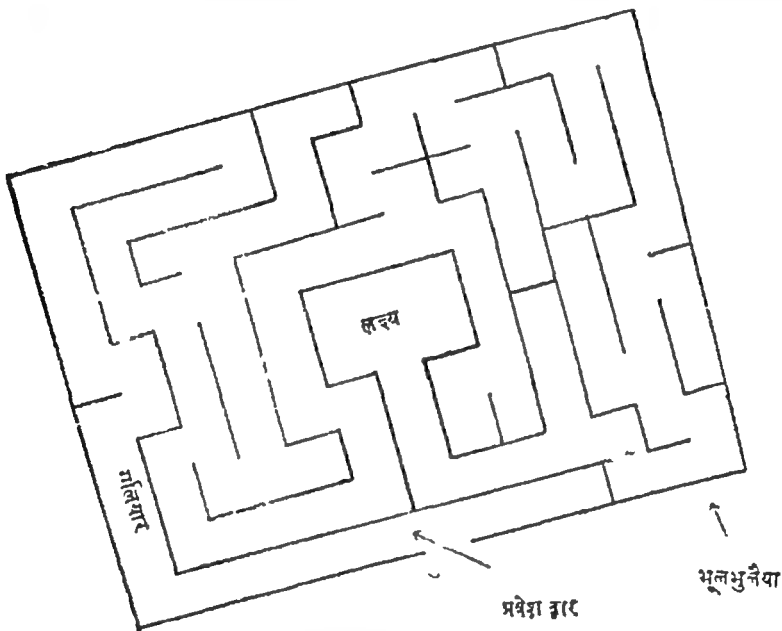
चूक-चेष्टा के प्रयोग—इसके बाद प्रयोगशालाओं में चूक-चेष्टा के अनेक प्रयोग करके सीखने से सम्बन्धित बहुत से तथ्यों का अनुसन्धान किया गया। प्रयोगशालाओं में पशुओं पर ही अधिक प्रयोग किया गया। किन्तु इसका अर्थ यह नहीं है कि मनुष्य चूक-चेष्टा द्वारा कुछ नहीं सीखता। पशुओं के व्यवहार में उतनी जटिलता नहीं होती जितनी मनुष्य के व्यवहार में होती है इसलिए पशुओं पर प्रयोग कर सकना अपेक्षित आसान होता है और सीखने के जो नियम उन पर लागू होते हैं वही मनुष्य के सीखने पर भी लागू होते हैं। पशुओं पर सीखने का प्रयोग करने के लिए पहले उनका उनके परिवेश (environment) से सम्बन्ध तोड़ दिया जाता है और फिर समुचित दंड या पुरस्कार द्वारा उनका परिवेश से पुनर्संतुलन (readjustment) कराया जाता है। पशुओं का उनके परिवेश से सम्बन्ध तोड़ने के लिए मनोविज्ञानी या तो उन्हें किसी ऐसे पिंजड़े में बन्द कर देते हैं जिससे बाहर निकल सकना उनके लिए एक समस्या बन जाती है या उन्हें किसी भूल-भुलैया (maze box) में छोड़ देते हैं जिसमें चक्करदार अनेक गलियारे होते हैं किन्तु लक्ष्य तक पहुँचने का केवल एक ही गलियारा होता है। तब प्रयोगकर्ता यह देखता है कि परिवेश से पुनर्संतुलन करने (समस्या का हल करने या भूलभुलैया में लक्ष्य तक पहुँचने) के लिए पशु ने कैसे चेष्टा की और कितनी बार की; वह कितनी बार चूका और सफलता से पुनर्संतुलन करने में उसे कितना समय लगा। यह कह सकना कठिन है कि प्राणी बिना उद्देश्य के भी सीख सकता है या नहीं। चूक-चेष्टा के इन प्रयोगों में पशुओं के सामने उनकी उद्देश्यात्मक प्रतिक्रिया को सन्तुष्ट कर सकने वाली उत्तेजनाएँ इस तरह प्रस्तुत की जाती हैं जिन तक पहुँचने में कोई बाधा पड़े।

प्रसिद्ध मनोविज्ञानी थार्नडाइक ने प्रारम्भ में विल्लियों पर प्रयोग किए। भूखी विल्ली को पिंजड़े में बंद कर दिया गया और खाना पिंजड़े के बाहर रख दिया गया जो उसकी पहुँच के बाहर था। आन्तरिक उद्देश्य भूख से प्रेरित होकर विल्ली खाने तक पहुँचने की चेष्टा करने लगी किन्तु पिंजड़ा उसमें बाधक बनता था। खाने तक पहुँच सकना उसके लिए एक समस्या थी जिसको हल कर सकने का सही साधन केवल एक ही था—पिंजड़े के दरवाजे से निकलने के लिए चिटकनी खोलना। विल्ली देर तक पिंजड़े में इधर उधर भटक-भटक कर पजे और मुँह मारती रही। सहसा उसका पंजा चिटकनी पर पड़ गया जिमसे दरवाजा खुल गया और वह बाहर आकर खाने तक पहुँच गई। वया

विल्ली ने बाहर आने के लिए चिटकनी खोलना सीख लिया ? क्या वह पिजड़े से बाहर निकलने और चिटकनी खोलने का सम्बन्ध जान गई ?

नहीं । दूसरी बार उसे जब पिजड़े में फिर बन्द किया गया तो वह फिर बाहर निकलने के लिए पजे और मुँह मार मार कर अनावश्यक चेष्टाएँ करती रही जिससे स्पष्ट था कि उसने भी मार्गन के कुत्ते की भाँति अपने पूर्व अनुभव से कुछ नहीं सीखा । किन्तु दिन प्रतिदिन उसकी चेष्टाओं में लगने वाला समय कम होता गया और एक दिन उसने भी मार्गन के कुत्ते की भाँति बिना चूके बाहर आना सीख लिया ।

इसी भाँति चूहों को भूलभुलैया (maze) में रखकर प्रयोग किए गए । भूलभुलैया के बीचोबीच कोई खाने की चीज रख दी जाती है । भूल-भुलैया के



चित्र ५५

अनेक चक्करदार गलियारों में से केवल एक गलियारा खाने तक पहुँचता है, शेष गलियारे बीच ही में रुक जाते हैं (चित्र ५५) । चूहे को जब पहली बार भूलभुलैया में छोड़ा जाता है तो वह चक्करदार गलियारों में इधर उधर भटकता और सूँघता सा घूमता रहता है । घूमते-घूमते वह खाने तक पहुँच जाता है । तब उसे निकाल कर भूलभुलैया में फिर से छोड़ा जाता है । अब वह जल्दी जल्दी इधर उधर चक्करदार गलियारों में घूम कर खाने तक पहुँचने की चेष्टा करता है । इस प्रयोग की अनेक बार आवृत्ति कराने पर चूहा धीरे धीरे इधर उधर के गलियारों में व्यर्थ भटकना छोड़ता जाता है और भूल-भुलैया के आदि से खाने के अन्त तक दिनों दिन शीघ्र पहुँचता रहता है ।

प्रयोगों की व्याख्या—अब बिल्ली ने पिंजड़े से बाहर निकलने और चूहे ने भूलभुलैया के चक्करदार गलियारों से खाने तक पहुँचने में जो चेष्टाएँ की उनकी व्याख्या करने की समस्या पैदा होती है। बिल्ली और चूहे की असफल चेष्टाएँ दिन-प्रतिदिन क्यों छूटती चली जाती हैं? क्या उनमें उत्तेजना और प्रतिक्रिया के सम्बन्ध को जान सकने की क्षमता आ जाती है? इन प्रश्नों की व्याख्या करने के लिए थार्नडाइक ने 'प्रभाव का नियम' (Law of Effect) प्रतिपादित किया। इस नियम के अनुसार सफलता की दिशा में जो चेष्टा की जाती है उससे सन्तोष होता है और इसलिए उसका प्रभाव प्रतिक्रिया और न्यूरोनीय व्यवस्था के सम्बन्ध को दृढ़ बनाता है। असफल चेष्टाओं के प्रति खीझ पैदा होती है जिससे उनका प्रभाव प्रतिक्रिया और न्यूरोनीय व्यवस्था के सम्बन्ध को दृढ़ नहीं बना पाता। बार बार की चेष्टा से बिल्ली और चूहे की न्यूरोनीय व्यवस्था पर सफल चेष्टाओं की छाप पड़ती रहती है और ज्यों ज्यों वह छाप गहरी होती जाती है त्यों त्यों बिल्ली और चूहे की असफल चेष्टाएँ अपने आप छूटती जाती हैं जिसका परिणाम यह होता है कि बाद में वे बिना चूके ही पिंजड़े से निकलने और भूलभुलैया में खाने तक पहुँचने की सही प्रतिक्रिया करना सीख जाते हैं।

सीखने का सैद्धान्तिक पक्ष—सीखना कैसे सम्भव होता है? इस विषय पर अनेक मत हैं। सीखने के व्यवहार-पक्ष से सम्बन्धित दो प्रश्न बहुत महत्वपूर्ण हैं। पहला प्रश्न यह है कि प्राणी क्या सीखता है? प्राणी उत्तेजनाओं से स्वतः होने वाली प्रतिक्रियाएँ सीखता है या उनकी सार्थकता सीखता है और सार्थकता को सीख लेने के बाद क्या प्रत्याशित प्रतिक्रिया करता है? दूसरे शब्दों में उत्तेजनाओं और सीखी गई प्रतिक्रियाओं में कोई मध्यस्थ व्यापार होता है या नहीं? दूसरा प्रश्न यह है कि प्राणी जो कुछ सीखता है वह कैसे सीखता है? दूसरे शब्दों में सीखने के लिए पहले किन परिस्थितियों का मौजूद होना आवश्यक होता है। सीखने के लिए क्या उत्तेजना और प्रतिक्रिया में समीपता (contiguity) होनी चाहिए या दोनों की पुनरावृत्ति होनी चाहिए या दोनों का पुनर्शक्तिकरण (reinforcement) होना चाहिए?

सीखने में तीन चीजें होती हैं—उत्तेजना, प्राणी और प्रतिक्रिया। हमें जानना यह है कि उत्तेजना और सीखी गई प्रतिक्रिया के बीच प्राणी के अंदर क्या होता है? उत्तेजना मिलने के बाद और सीखी गई प्रतिक्रिया करने के पहले प्राणी के अंदर जो व्यापार होते हैं उन्हें मध्यस्थ परिवर्त्य (intervening variables) कहा जाता है। सीखने से सम्बन्धित मध्यस्थ परिवर्त्य क्या हैं और वे कैसे पैदा होते हैं?

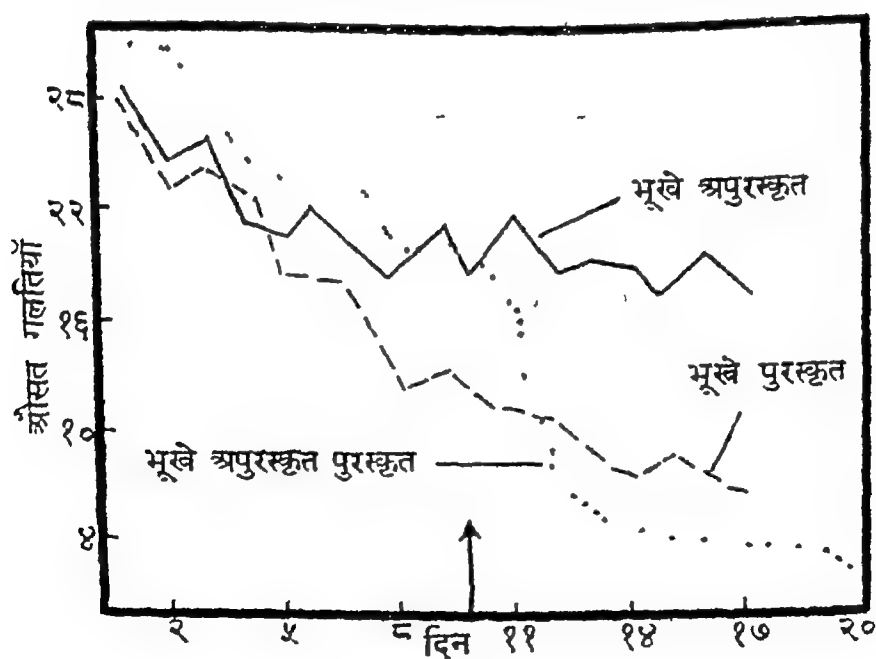
इन प्रश्नों का उत्तर देने के लिए प्रोफेसर हल और टोलमैन ने चूहों पर प्रयोग करके कुछ परिणाम निकाले। हल के अनुसार चूहे भूलभुलैया के गलियारों से सम्बन्धित उत्तेजनाओं के प्रति स्वतः होने वाली प्रतिक्रियाएँ (इवर-उधर घूमना) सीखते हैं। ठीक तरह से घूमने के लिए निम्नलिखित बातें आवश्यक होती हैं (१) उद्देश्य (motive), जैसे भूख या दुखदायी उत्तेजना से बचना; (२) पहली बार अकस्मात् ठीक दिशा में घूम पड़ना, (३) भूलभुलैया के गलियारों या अपने ही अन्दर से ठीक दिशा में घूमने की प्रतिक्रिया करने में सकेतों (cues) का मिलना; (४) पुनर्शक्तीकरण (reinforcement) होना, जैसे भूख का मिटना या दुखदायी उत्तेजना से बच जाना; (५) उत्तेजना, प्रतिक्रिया और पुनर्शक्तीकरण में समीपता (contiguity) होना; और (६) इन सब बातों की पुनरावृत्ति (repetition)। पुनरावृत्ति से आदत पड़ जाती है जो सीखने के लिए शक्ति देती है।

हल के अनुसार प्राणी उत्तेजनाओं के प्रति अपने आप होने वाली प्रतिक्रियाएँ सीखता है और उसके सीखने के पीछे आदत से मिलने वाली शक्ति रहती है। चूहे वही प्रतिक्रिया सीखते हैं जिनका (पुरस्कार मिलने से) पुनर्शक्तीकरण होता रहता है। यो तो हल ने सीखने में और भी मध्यस्थ परिवर्त्य माने हैं किन्तु आदत से मिलने वाली शक्ति उन सबमें ज्यादा प्रधान होती है।

टोलमैन का मत हल के मत का विरोधी है। टोलमैन के मतानुसार चूहे उत्तेजनाओं के प्रति अपने आप होने वाली प्रतिक्रियाएँ ही नहीं सीखते, वे उत्तेजनाओं की सार्थकता भी सीखते हैं। वे यह सीखते हैं कि अमुक उत्तेजना का अर्थ है भोजन। चूहे उस सार्थक स्थान को सीखते हैं जहाँ उन्हें खाना मिलता है। दूसरी ओर टोलमैन के अनुसार सीखने के लिए पुनर्शक्तीकरण आवश्यक नहीं होता। उत्तेजनाओं और प्रतिक्रियाओं की समीपता (contiguity) के सहचार की पुनरावृत्ति यह सीखने के लिए पर्याप्त होती है कि किधर से किधर जाया जाता है।

सीखने में पुनर्शक्तीकरण का स्थान—सीखने में पुनर्शक्तीकरण की अनावश्यकता का समर्थन सयोगात्मक (incidental or latent) सीखने के प्रयोगों से होता है। सयोगात्मक सीखना उसे कहते हैं जिसमें प्राणी अपने प्रकट व्यवहार के अतिरिक्त और भी बातें सीख जाता है जो व्यवहार में प्रकट नहीं होती। सयोगात्मक सीखने के एक प्रयोग में चूहों को बिना पुरस्कार के भूलभुलैया में दस बार चेष्टाएँ कर लेने के बाद खाने का पुरस्कार दिया गया। चित्र ५६ को देखिए। भूखे अपुरस्कृत वर्ग के चूहों की चूके उसी समय कुछ कम हुई जब भूखे पुरस्कृत चूहों की कम हुई। अब भूखे-अपुरस्कृत-पुरस्कृत

वर्ग के चूहों की प्रगति पर ध्यान दीजिए। पुरस्कृत होने के पहले इस वर्ग के चूहों की चूके भी सापेक्षतः कुछ कम हो गई थी। पुरस्कार मिलने के बाद एक ही चेष्टा में उनकी चूके बारह बार की चेष्टाओं में निरन्तर पुरस्कार पाते रहने वाले वर्ग के चूहों से भी कम हो गई। इस आकस्मिक उन्नति से यह स्पष्ट हो जाता है कि चूहों ने अपने अर्जित ज्ञान का उपयोग तब तक नहीं किया जब तक दस दिन के बाद वह उनके लिए लाभदायक नहीं हो गया। यह स्पष्ट है कि अर्जित ज्ञान उन्हें खाने के पुनर्शक्तीकरण के पहले ही मिल चुका था। यहाँ तक तो ठीक है; लेकिन पुनर्शक्तीकरण की और भी शर्तें तो होती हैं। पुनर्शक्तीकरण करने के कुछ सकेत भूलभुलैया में ही होते हैं। अगर चूहों में अन्वेषण प्रवृत्ति (exploratory drive) होती है (जिसे बच्चों में उत्सुकता प्रवृत्ति कहा जाता है) तो उस प्रवृत्ति का सन्तुष्ट होना ही पुनर्शक्तीकरण का कारण बन जायगा। सीखने में पुनर्शक्तीकरण को अनावश्यक बताते समय टोलमैन द्वारा इसी तथ्य की उपेक्षा हो जाती है कि पुनर्शक्तीकरण करने के कुछ सकेत तो भूलभुलैया में ही होते हैं।

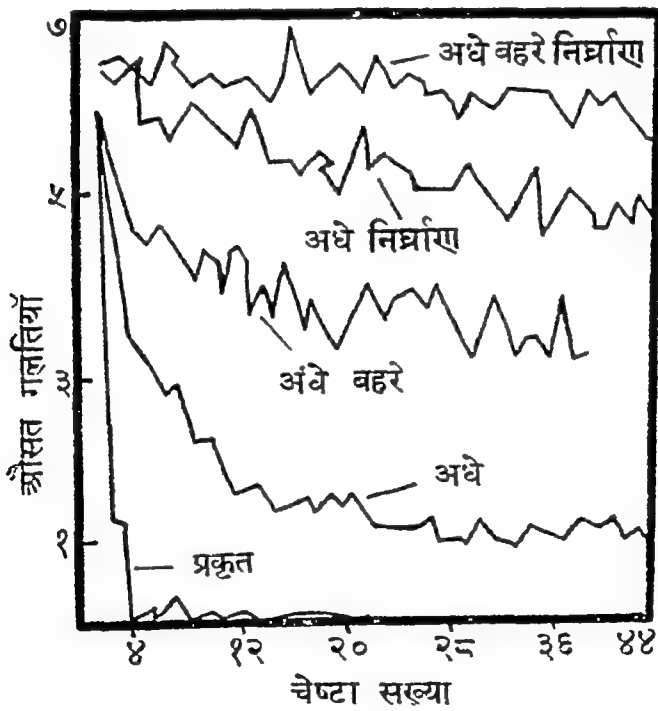


चित्र ५६

सीखने में ग्राहको और प्रभावकों का स्थान—सीखना विभिन्न ग्राहको और प्रभावको की क्रियाओं के सगठन का परिणाम होता है। यदि ग्राहक और प्रभावक निर्दोष हो तो उनकी क्रियाओं का सगठन भी निर्दोष होगा और व्यक्ति अच्छी तरह सीख सकेगा। सीखने पर ग्राहको-प्रभावको के निर्दोष होने का सापेक्षिक प्रभाव पड़ता है। जिस व्यक्ति के सारे ग्राहक-प्रभावक निर्दोष होते हैं उसे दोषपूर्ण ग्राहक-प्रभावक वाले व्यक्ति की अपेक्षा सीखने में अधिक

सुगमता होती है और कम समय लगता है। यो तो अन्धा भी उभरे अक्षरो द्वारा पढ़ना सीख सकता है किन्तु उसे निर्दोष आँख वाले व्यक्ति की अपेक्षा ज्यादा समय लगता है और कम कुशलता प्राप्त होती है। दोषपूर्ण ग्राहक या प्रभावक की सक्रियता के अभाव में न्यूरोनीय प्रेरणाओं में वह सगठन नहीं हो पाता जो अच्छी तरह सीखने के लिए जरूरी होता है।

सीखने में ग्राहकों और प्रभावकों के सापेक्षिक प्रभाव का अध्ययन करने के लिए अनेक प्रयोग किए गए हैं। एक प्रयोग में अनेक चूहों को पाँच गलियारों वाली एक भूलभुलैया (maze) सिखाई गई। पहले सब चूहों के सारे ग्राहक निर्दोष थे। बाद में उनमें से कुछ को अंधा, कुछ को अंधा-बहरा और कुछ को अंधा-बहरा और गंध के प्रति असवेदनशील बनाकर भूलभुलैया में दौड़ाया गया। जब तक चूहों के ग्राहक निर्दोष रहे तक तक उन सब ने भूलभुलैया लगभग समान ढंग से सीखी। ग्राहकों के दोषपूर्ण हो जाने के बाद उनके सीखने में जो अन्तर पाया गया उसको चित्र ५७ में दिए सीखने के लेख में दिखाया गया है।



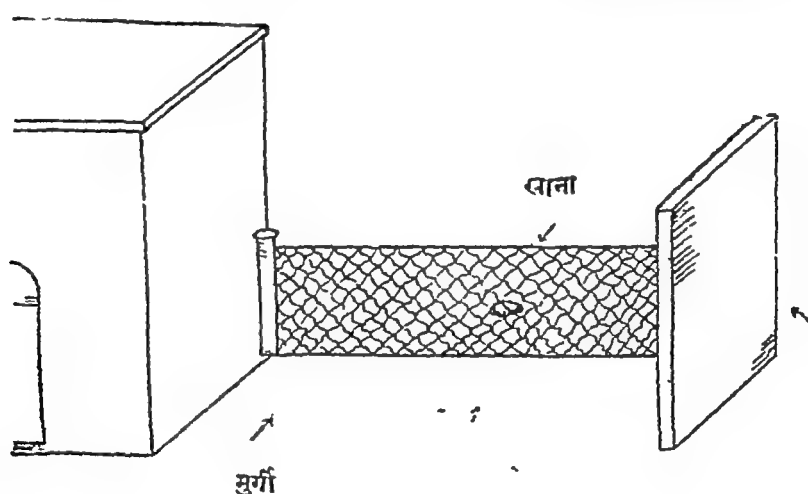
चित्र ५७

(३) स्मृति-बृंह द्वारा सीखना

किन्तु इस व्याख्या पर आक्षेप उठाया गया है न्यूरोनीय व्यवस्था पर उन्हीं क्रियाओं की छाप गहरी पड़ती है जो बार बार की जाती हो।

प्रयोगों में बिल्ली और चूहे की असफल चेष्टाएँ उनकी सफल चेष्टाओं से बहुत ज्यादा थी अतएव उनकी न्यूरोनीय व्यवस्था पर असफल क्रियाओं की छाप गहरी पड़नी चाहिए जिसका यह अर्थ हुआ कि उन्हें पिजड़े से बाहर निकलना और भूलभुलैया के चक्करदार गलियारों से खाने तक पहुँच जाना नहीं सीखना चाहिए था। किन्तु फिर भी यदि वे लक्ष्य तक पहुँचने की सफल क्रियाओं को सीख गए तो इसका कारण सीखने के पीछे उनकी सूझ-बूझ (insight) को मानना पड़ेगा, न्यूरोनीय व्यवस्था पर पड़ी छापों को नहीं।

जर्मनी के मनोविज्ञानियों किपका और कीलर आदि ने अपने प्रयोगों से यह सिद्ध करने का प्रयत्न किया कि सीखने में पशु भी सूझ-बूझ से काम लेते हैं। पशुओं की सूझ-बूझ (insight) का यह अर्थ नहीं है कि वे सीखते समय मनुष्यों की भाँति विचार करते हैं या आगा-पीछा सोचते हैं। पशुओं की सूझ-बूझ का यही अर्थ है कि वे उत्तेजना और प्रतिक्रिया के सम्बन्ध की सार्थकता को जान जाते हैं। पिजड़े से निकलने और भूलभुलैया के चक्करदार मार्गों से खाने तक पहुँचने की समस्या बिल्ली और चूहे जैसे पशुओं के लिए अत्यन्त जटिल है जिससे सीखने में उनकी सूझ-बूझ प्रदर्शित नहीं की



चित्र ५८

जा सकती। वच्चों को भी यदि वैसी ही जटिल समस्याएँ दी जाँय तो वे भी समस्याओं के सार्थक सम्बन्ध को न समझ पाकर चूक-चेष्टा (trial and error) द्वारा ही सीखने का प्रयत्न करने लगेंगे। इस बात को ध्यान में रखकर कीलर ने सरल समस्याओं को बनाकर कुत्तों, मुँगियों और बन्दरों आदि पशुओं पर प्रयोग किए। उसने एक जालीदार दीवार के उधर खाना रख दिया। जालीदार दीवार के इधर मकान और एक दीवार थी। मकान और दीवार के बीच एक मुँगी को छोड़ दिया गया। पहले तो मुँगी जालीदार

दीवार के उस पार रखे खाने को न देख सकी और इधर ही दीवार और मकान के बीच चक्कर काटती रही किन्तु जब उसने खाना देखा तो उसके व्यवहार में एकदम परिवर्तन आ गया और वह दीवार के पीछे से होकर खाने तक पहुँच गई (चित्र ५८) ।

खाने को देख पाने तक मुर्गी के लिए मकान और दीवार का वह अर्थ नहीं था जो खाने को देखने के बाद हो गया । खाने को देखने के बाद उसने जालीदार दीवार के उस पार रखे खाने और इधर की दीवार के नए सम्बन्ध को जान लिया या उनकी सार्थकता को देख लिया । जब तक उसने खाना नहीं देखा था तब तक इधर की दीवार उसके लिए एक अर्थहीन बाधा थी किन्तु खाने को देख लेने के बाद वही अर्थहीन बाधा एक सार्थक बाधा हो गई जिसके बगल से घूमकर खाने तक पहुँचा जा सकता था । इस सार्थकता से मुर्गी की बोधवाहक व्यवस्था (sensory organisation) में भी परिवर्तन हो गया और उसने दीवार की बाधा और खाने के नए सम्बन्ध की सार्थकता को जान लिया । नए सम्बन्ध की सार्थकता को जान लेने और परिणाम-स्वरूप बोधवाहक व्यवस्था में नया परिवर्तन हो जाने को ही कीलर ने 'सूझ-बूझ' (insight) कहा ।

पशुओं में उत्तेजना और प्रतिक्रिया के सम्बन्ध की सार्थकता को जान लेने की सूझ-बूझ आ जाने का प्रदर्शन करने के लिए कीलर ने लगूरो पर प्रयोग किए । एक लगूरो को पिजड़े में बन्द कर दिया गया और पिजड़े के बाहर केले रख दिए गए जो लगूरो की पहुँच के अन्दर नहीं थे । पिजड़े में बाँस की दो छोटी लकड़ियाँ डाल दी गईं जो एक दूसरे में घुसेड कर जोड़ी जा सकती थी । लगूरो पहले तो केले तक पहुँचने के लिए पिजड़े की सलाखों से हाथ बढा-बढा कर चूक-चेष्टा करता रहा किन्तु कुछ देर बाद उसने चेष्टा करना छोड़ दिया । फिर उसने एक लकड़ी उठाकर उससे केले को अपनी ओर सरकाने की चेष्टा की लेकिन लकड़ी केले तक पहुँच सकने के लिए छोटी थी और लगूरो की यह चेष्टा भी असफल रही । अन्त में वह मन मारकर बैठ गया और दोनों लकड़ियों से खेलने लगा । अकस्मात् उसमें सूझ-बूझ जाग्रत हो गई । उसने लकड़ियों को एक दूसरे में घुसेडकर केले तक पहुँचने के लिए लम्बा बना लिया । किन्तु केले को सरकाते वक्त दोनों लकड़ियाँ फिर अलग हो गईं । लगूरो का इस समय का व्यवहार ध्यान देने योग्य था । वह केले की ओर से ध्यान हटाकर लकड़ियों को जोड़ने में जुट गया मानो उसे इस नए आविष्कार से बड़ा सन्तोष मिल रहा हो । लकड़ियों को फिर से जोडकर वह केले को अपने पास तक सरका लाने में सफल हो गया । केले

की उत्तेजना और लकड़ियों को जोड़कर केलो को सरका लाने की प्रतिक्रिया-के सम्बन्ध की सार्थकता जान लेने के बाद लगूर से फिर कभी चूक नहीं हुई। यह प्रयोग सूझ-बूझ द्वारा सीखने का अच्छा उदाहरण है। सूझ-बूझ (insight) उम्र और पूर्व अनुभव पर निर्भर होती है और उसके जाग्रत हो जाने पर चूकने की सम्भावना नहीं रह जाती।

मनुष्यों का सीखना—मनुष्य के सीखने की क्रियाओं का अध्ययन करने के लिए भी भूलभुलैया (maze) आदि बनाकर प्रयोग किया जाता है। यो तो मनुष्य जीवन भर कुछ न कुछ सीखता रहता है किन्तु उन सबका अध्ययन कर सकने के लिए न तो उसकी परिस्थितियों पर नियंत्रण रखा जा सकता है और न उसकी पूर्व अनुभव और शिक्षा से लाभ उठाने की क्षमता को अलग किया जा सकता है। भूलभुलैया या अन्य तरह की पहेलियाँ मनुष्य के लिए भी नई होती हैं और उन पर नियंत्रण भी रखा जा सकता है जिससे मनुष्य जब उन्हें सीखता है तो उसकी हर चेष्टा का ठीक-ठीक अवलोकन किया जा सकता है। भूलभुलैया को सीखने की समस्या नई होने के कारण उसे सीखने में मनुष्य अपनी पहले की अर्जित कुशलता या शिक्षा से लाभ नहीं उठा पाता।

मनुष्य के लिए भूलभुलैया लकड़ी के तख्ते को खोदकर बनाई जाती है। पहले मनुष्य की आँखों पर पट्टी बाँध दी जाती है जिससे वह भूलभुलैया को पूरी तौर से न देख पाए। इसके बाद उससे उँगली से भूलभुलैया के चक्करदार गलियारों से सही मार्ग ढूँढ़ने की चेष्टा करने को कहा जाता है। मनुष्य और चूहे आदि पशुओं की भूलभुलैया सीखने की तुलना करके यह देखा गया है कि जितने समय में मनुष्य भूलभुलैया का सही गलियारा सीखता है उतने ही समय में चूहा भी सीख लेता है। किन्तु मनुष्य और चूहे के भूलभुलैया सीखने में बड़ा अन्तर होता है। मनुष्य भूलभुलैया सीखने में मौखिक सहायता ले सकता है। वह मन ही मन में यह हिसाब लगा सकता है कि सही मार्ग ढूँढ़ने के लिए उँगली को इतनी बार इधर, इतनी बार उधर, फिर इतनी बार ऊपर और नीचे फेरना चाहिए। चूहा यह नहीं करता। भूलभुलैया सीख चुकने के बाद मनुष्य उसके सही गलियारे का चित्र बना सकता है और भूलभुलैया के नक्शे को खींच सकता है। चूहा यह भी नहीं कर सकता। मनुष्यों से यह पूछे जाने पर कि वे भूलभुलैया कैसे सीखते हैं यह पता चला है कि वे सही गलियारे ढूँढ़ने के लिए सामान्य दिशा और विशेष स्थानों का सहारा लेते हैं जिस प्रकार आप अपने मित्र का मकान ढूँढ़ने में बिजली के स्तम्भों या दुकानों का सहारा लेते हैं।

इसी प्रकार मनुष्य को पहेलियाँ देकर उनका समाधान सीखने पर भी प्रयोग किए गए हैं। आपने मेलो में तार के बने गोरख-धन्धे नामक खिलौने देखे होंगे जिनमें कोई न कोई गोरख-धन्धा यानी जटिल पहेली होती है। तारों के जाल में एक छल्ला पड़ा होता है और समस्या होती है उसे निकाल लेना। आप खिलौने को हाथ में लेकर गौर से देखते हैं कि छल्ला शायद आपके किसी पूर्व परिचित सिद्धान्त को लागू करने से निकल आए और आप मन ही मन चूक-चेष्टा (trial and error) द्वारा उसके हर सम्भावित हल को सोचते हैं। आप खिलौने को घुमाकर छल्ले और तारों का कोई सार्थक सम्बन्ध जानने की चेष्टा करते हैं। हो सकता है कि आपके सामने तारों का कोई ऐसा भाग आ जाय जो आपकी सूझ-बूझ को जाग्रत कर दे। अगर आप छल्ले और तारों का सार्थक सम्बन्ध नहीं समझ पाते तो आप तुक बैठाने के लिए छल्ले के साथ इधर-उधर खींचतान करना शुरू कर देते हैं।

इससे यह परिणाम निकलता है कि सूझ-बूझ (insight) आपकी अपनी बोध-वाहक व्यवस्था (sensory organisation) कर सकने की शक्ति पर निर्भर होती है। किसी समस्या के प्रति यदि आप अपनी समुचित बोध-वाहक व्यवस्था नहीं कर पाते तो आपका व्यवहार चूक-चेष्टा के स्तर का हो जाता है। बड़े-बड़े विचारशील व्यक्ति भी सकट के समय अपना हाथ दिखाने या मन्त्रजाप करने में लग जाते हैं। इसका कारण यह है कि वे सकट का समाधान कर सकने के लिए अपनी समुचित बोधवाहक व्यवस्था नहीं कर पाते।

इन प्रयोगों से एक यह भी परिणाम निकलता है कि चूकचेष्टा (trial and error) और सूझ-बूझ (insight) साथ साथ चलती है। कीलर के प्रयोग में बन्दर पहले तो केलो तक पहुँचने के लिए चूक-चेष्टा ही करता रहा, बाद में लकड़ियों को जोड़ लेने से उसमें सूझ-बूझ जाग्रत हो सकी। छल्ले को तारों से निकालने में सूझ-बूझ से काम लेने के पहले आप भी मन ही मन चूक-चेष्टा द्वारा हर सम्भावित हल करते रहे थे केवल आपकी चूक-चेष्टा की अभिव्यक्ति ही तो आपके वाह्य व्यवहार में नहीं हुई। मनुष्य को चूक-चेष्टा वहाँ ज्यादा करनी पड़ती है जहाँ किसी काम को सीखने में विशेष प्रकार के मासपेशीय सङ्गठन (muscular pattern) की जरूरत पड़ती है जैसे टाइप करना, नाचना या एक पहिए की वाइसिकिल चलाना आदि।

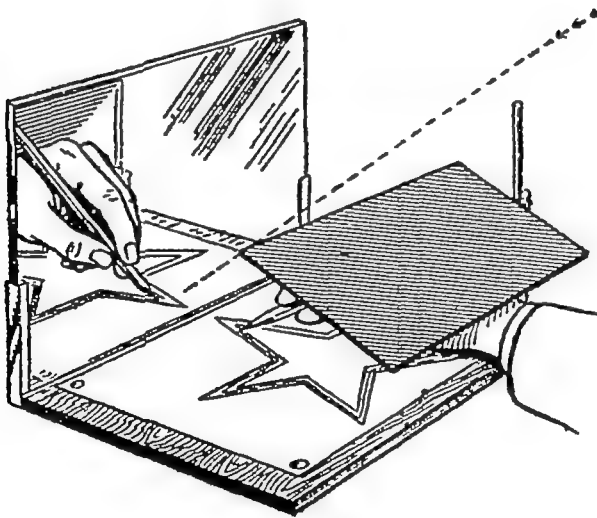
(४) अनुकरण द्वारा सीखना

किसी छोटे बच्चे के सामने एक शीशे की दीवार बना कर उसके पीछे कोई खिलौना रख दीजिए। बच्चा खिलौने को लेने के लिए शीशे पर हाथ बढाएगा। उसके लिये शीशे के पीछे से हाथ डाल कर खिलौना ले लेना एक कठिन समस्या

होगी। इस प्रकार की समस्याओं को कतराने की समस्याये (*detour problems*) कहा जाता है क्योंकि उनका हल कतरा कर प्रतिक्रिया करने में होता है। कतराने की समस्याओं का हल करने के लिये पूर्वज्ञान की आवश्यकता पड़ती है और चूँकि छोटे बच्चे का पूर्वज्ञान नहीं के बराबर होता है इसलिए वह कतराने (*detour*) की समस्या के प्रति ठीक से प्रतिक्रिया नहीं कर पाता। बच्चा कतराने की समस्या को हल करने की तरकीब अपने से बड़ों का अनुकरण करके सीखता है। अनुकरण द्वारा तभी सीखा जा सकता है जब सीखने के लिये कुछ आवश्यक कुशलता पहले से ही मौजूद हो। बहुत सी जटिल कुशलताएँ अनुकरण द्वारा ही सीखी जाती हैं। अनुकरण करने से प्रतिक्रिया की सार्थकता समझ में आती है और समस्या को हल करने के विभिन्न सोपानों का एक मानसिक प्रतिबिम्ब सा बन जाता है। साथ ही मन ही मन में मौखिक रूप से समस्या का हल करने का दिशा-निर्धारण भी होता रहता है। कभी-कभी मौखिक क्रिया के साथ हाथ-पैर भी अनुकृति करते रहते हैं। अनुकरण द्वारा सीखने से समय की बचत होती है जो चूक-चेष्टा द्वारा सीखने से नहीं होती। चूक-चेष्टा की अपेक्षा अनुकरण द्वारा बाइसिकिल चलाना सीखने में कम समय लगता है। अनुकरण से बाइसिकिल चलाने की आवश्यक प्रारम्भिक क्रियाओं का पूर्वज्ञान हो जाता है जो चूक-चेष्टा से नहीं होता क्योंकि चूक-चेष्टा में हर क्रिया का ज्ञान स्वयं करना पड़ता है।

सीखने का सक्रमण—कभी-कभी एक सीखी गई कुशलता का प्रभाव अन्य सीखी जाने वाली कुशलताओं पर भी पड़ता है। इसे सीखने का सक्रमण (*transfer of learning*) कहा जाता है। सक्रमण का प्रभाव अनुकूल भी पड़ सकता है और प्रतिकूल भी। टेनिस खेलना सीख लेने के बाद बैडमिन्टन खेलना आसानी से और जल्द सीख लिया जाता है क्योंकि टेनिस खेलने की कुशलता बैडमिन्टन खेलना सीखने की नई स्थिति पर अनुकूल रूप से सक्रमित (*transfer*) हो जाती है। पूर्व अर्जित कुशलता से नई स्थिति को सीखने में अगर अनुकूल प्रभाव पड़े तो उसे अनुकूल सक्रमण (*positive transfer*) कहा जाता है। क ख ग घ ङ को उलटे क्रम ङ घ ग ख क से सीखने की चेष्टा कीजिए। आप देखेंगे कि सीखने में बाधा पड़ेगी। यह बाधा पहले से पड़ चुकी आदत के हस्तक्षेप के कारण पड़ती है। जब आदत के हस्तक्षेप के कारण संक्रमण का प्रभाव नई स्थिति को सीखने पर प्रतिकूल पड़कर बाधक बनता है तो उसे प्रतिकूल सक्रमण (*negative transfer*) कहा जाता है।

द्विपार्श्व-संक्रमण—अनुकूल सक्रमण का एक अच्छा उदाहरण दाहिने हाथ से किसी काम करने का अभ्यास कर लेने के बाद उस काम को बाएँ हाथ से भी कर लेने में सुविधा मिलने का है। एक हाथ से किए गए अभ्यास की अर्जित कुशलता का सक्रमण दूसरे हाथ से की जाने वाली क्रिया में हो जाता है। इसे द्विपार्श्व सक्रमण (bilateral transfer) कहते हैं। द्विपार्श्व सक्रमण पर किया जाने वाला एक प्रचलित प्रयोग दर्पण-लेखन (mirror drawing) का है (चित्र ५६)। दर्पण-लेखन के प्रयोग में विषय को एक दिए गये तारे का चित्र-लेखन करना पड़ता है। लेखन के समय वह अपने हाथ की गति का प्रतिबिम्ब दर्पण में देखता है। तारे का लेखन एक बार बाये हाथ से कर लेने के बाद विषय तारे का लेखन निर्धारित आवृत्ति सख्या के अनुसार दाहिने हाथ से करता है। इसके बाद वह एक बार फिर बायें हाथ से लेखन करता है। बायें हाथ से पहली और अन्तिम बार के लेखन में होने वाली चूको की सख्या और लगे समय की तुलना की जाती है। बायें हाथ से पहली बार के लेखन की अपेक्षा अन्तिम बार के लेखन में बहुत सुधार पाया जाता है जब कि सारा अभ्यास दाहिनी हाथ से ही किया जाता है। इससे स्पष्ट है कि दाहिने हाथ की कुशलता बायें हाथ में सक्रमित होकर उसकी क्रिया को सुधार देती है।



चित्र ५६

सक्रमण के अधिक प्रयोग क्रियात्मक सीखने पर ही किये गये हैं और उनसे यह पता चला है कि अनुकूल सक्रमण काफी बड़ी मात्रा में होता है। प्रतिकूल सक्रमण के अधिक प्रयोग मौखिक सामग्री पर ही किये गये हैं। एक प्रयोग में बच्चों को निरर्थक शब्दों की तालिका याद कराई गई और उसके बाद कुछ

गद्य-खड । देखा यह गया कि निरर्थक शब्द-तालिका याद करने का गद्य-खड याद करने पर प्रतिकूल प्रभाव पड़ा । निरर्थक शब्द-तालिका याद करने में बच्चो ने जिस प्रविधि (technique) का सहारा लिया वह गद्य-खडो को याद करने में बाधक बना ।

प्रयोगो से यह भी पता चला है कि सक्रमण अल्पकालीन होता है । विषय कालान्तर में पहले प्रयुक्त की गई प्रविधियो को भूल जाते हैं । कुछ समय के बाद प्रयोगात्मक और नियन्त्रित वर्ग के निष्पादन में कोई अन्तर नहीं रह जाता ।

सक्रमण के आधार—क्रियात्मक या मौखिक सक्रमण सीखने की स्थितियो या सीखने की प्रविधियो (techniques) अथवा सिद्धान्तो में समानता होने पर ही सम्भव होता है । ताश के बहुत से खेल जानने वाले के लिये कोई नया खेल सीखना आसान होता है क्योंकि नये खेल के बहुत से नियम उसे पहले से ही मालूम रहते हैं । मौखिक सीखने में भी भाषा और प्रतीको की समानता रहती है । हिन्दी जानने वाला गुजराती आसानी से सीख लेता है क्योंकि दोनो भाषाओ में बहुत बड़ी समानता है । इसी प्रकार नई स्थितियो में पहले की सीखी प्रविधियो या सिद्धान्तो का भी सक्रमण होता है । तर्कशास्त्र के विद्यार्थी तर्कशास्त्र के नियम दैनिक विचारधारा पर लागू करते हैं और तर्कशास्त्र में सीखी हुई प्रविधियाँ नई स्थितियो पर भी सक्रमित होने लगती हैं । एक प्रयोग में कुछ लडको को प्रकाश के वक्रीकरण के सिद्धान्त समझाए गये और कुछ को नहीं समझाये गये । बाद में दोनो वर्गों के लडको से पानी के अन्दर निशाना लगाने को कहा गया । दोनो वर्ग लगभग समान रूप से सफल रहे । फिर पानी के अन्दर रखे निशाने की स्थिति बदल दी गई । अब वे लडके निशाना लगा सकने में ज्यादा सफल रहे जिन्हे प्रकाश के वक्रीकरण के सिद्धान्त समझाये गये थे और उन्होने नई स्थिति से अपना पुनर्संतुलन वक्रीकरण के सिद्धान्त न जानने वाले वर्ग की अपेक्षा जल्द और अधिक आसानी से कर लिया । इस प्रयोग से स्पष्ट है कि पहले सीखे गए सिद्धान्तो का नई स्थिति में सक्रमण (transfer) होता है ।

आदत का हस्तक्षेप—सीखने की प्रारम्भिक अवस्थाओ में जो चूके होती हैं वे पहले की पड़ी हुई आदतों के कारण होने वाली अनुपयुक्त रूप से सक्रमित प्रतिक्रियाएँ होती हैं । कभी कभी उन अनुपयुक्त प्रतिक्रियाओ को हटा सकना बड़ा मुश्किल होता है । सक्रमण का प्रतिकूल या अनुकूल होना व्यक्ति की पूर्व शिक्षा के बाधक बनने या न बनने पर निर्भर होता है । दैनिक जीवन में प्रतिकूल सक्रमण के अनेक उदाहरण मिलते हैं । जो व्यक्ति दाहिनी ओर से वाइसिकिल पर चढ़ता है उसके लिये बाई ओर से चढ़ना बहुत कठिन

होता है। प्रतिकूल संक्रमण मौखिक क्रियाओं में भी होता है। नया वर्ष शुरू हो जाने पर भी कलम काफी अर्से तक पिछला वर्ष ही लिख जाती है।

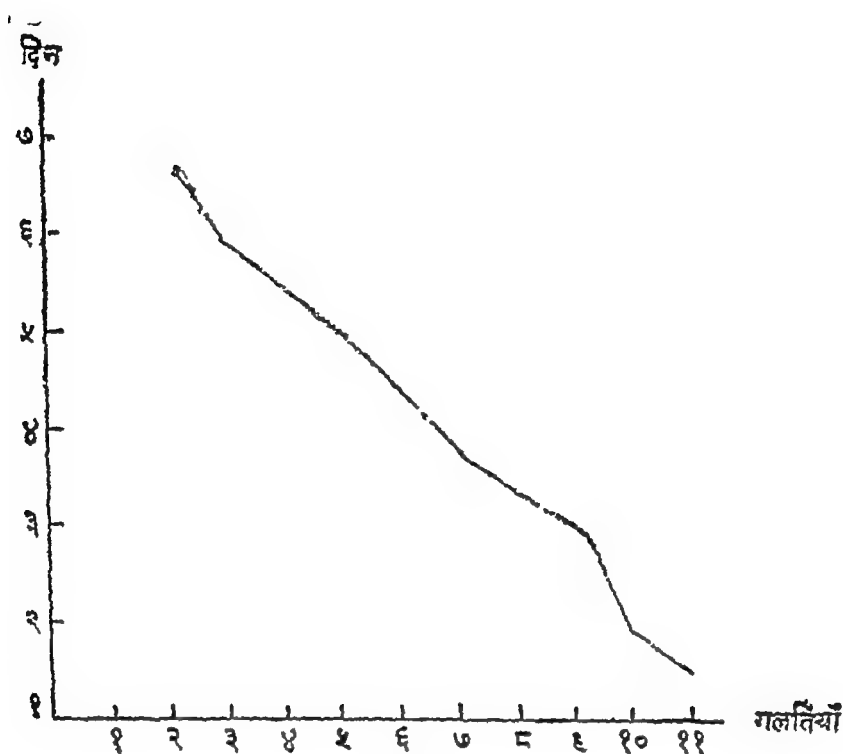
अनुकूल संक्रमण की भाँति प्रतिकूल संक्रमण में भी सीखने की स्थितियों, प्रविधियों या सिद्धान्तों की समानता अपेक्षित होती है। किन्तु प्रतिकूल संक्रमण में सीखने की स्थितियों, प्रविधियों आदि की समानता सीखी जाने वाली नई स्थिति की विरोधी होती है। इसको यो कहा जाता है जब नई स्थितियों में पुरानी प्रतिक्रियाएँ करनी पड़ती हैं तो संक्रमण अनुकूल हो सकता है और जब पुरानी स्थितियों में नई प्रतिक्रियाएँ करनी पड़ती हैं तो संक्रमण प्रतिकूल हो सकता है।

सीखने का लेखा

यह ठीक है कि 'सीखने' को प्रत्यक्ष रूप से नहीं देखा जा सकता और इसलिए उसका लेखा भी नहीं बनाया जा सकता। किन्तु सीखते समय प्राणी के व्यवहार क्रम को प्रत्यक्षतः देखा जा सकता है और उसका लेखा तैयार किया जा सकता है। सीखने का अर्थ है कुशलता प्राप्त करना और प्राणी ज्यो-ज्यो कुशलता प्राप्त करता जाता है त्यों त्यों उसके व्यवहार में अन्तर पड़ता जाता है और उसके व्यवहार के अन्तर का लेखा बनाकर प्राणी के सीखने से सम्बन्धित अनेक बातों का अनुमान और निर्देशन किया जा सकता है, जैसे प्राणी के सीखने की उन्नति की गति कैसी रही? सीखने में उसे कितना समय लगा और वह कितना सीख पाया?

मान लीजिए आप किसी बच्चे को दो का पहाड़ा सिखा रहे हैं। आप उसके सीखने का लेखा यो बना सकते हैं। पहले आप एक ग्राफ (graph) तैयार कर लीजिए जिसमें एक ओर गलतियों का खाना रहे और दूसरी ओर दिन या समय लगने का। यदि बच्चा पहले दिन ग्यारह गलतियाँ करता है तो आप पहले दिन और ग्यारह गलतियों के खाने में एक बिन्दु लगा दीजिए। इसी तरह बच्चा पहाड़ा सीखने में जितने दिन लगाए और रोज जितनी गलतियाँ करे आप उसी हिसाब से दिनों और गलतियों के खानों में बिन्दु लगाते चले जाएँ। जब बच्चा पहाड़ा अच्छी तरह सीख जाय और कोई गलती न करे तो आप ग्राफ में बने सारे बिन्दुओं पर एक रेखा खींच दीजिए (चित्र ६०)। आप देखेंगे कि यह रेखा तिर्यक् (curved) होगी। यह तिर्यक-रेखा (curve) बच्चे के पहाड़ा सीखने का लेखा है जिससे आप यह निर्देशन कर सकते हैं कि पहाड़ा सीखने की कुशलता प्राप्त करने में बच्चे को

कितने दिन लगे, उसने प्रतिदिन के हिसाब से कितनी गलतियाँ की और सीखने की कुशलता की दिशा में उसकी उन्नति की गति कैसी रही ।

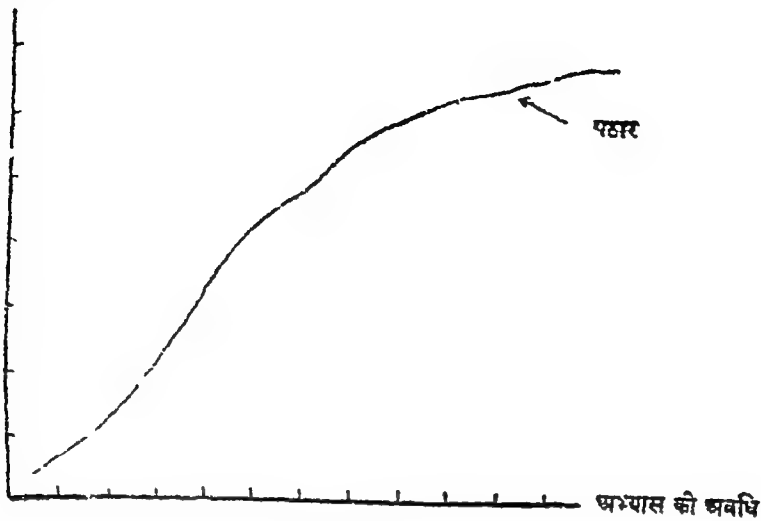


चित्र ६०

टाइप करना सीखना, तारबर्की सीखना आदि जैसी अनेक प्रकार की बोधवाहक-क्रियावाहक कार्य-कुशलताओं का लेखा इसी प्रकार बनाया जा सकता है और तिर्यक-रेखाओं (curves) के आधार पर सीखने का निर्देशन किया जा सकता है। तिर्यक-रेखाओं के उतार-चढ़ाव के आधार पर यह पाया गया है कि हर व्यक्ति की कोई काम सीखने की क्षमता अलग अलग होती है।

सीखने की तिर्यक-रेखाओं (curves) के उतार-चढ़ाव के अध्ययन से यह पता चलता है कि शुरू शुरू में सीखने की गति अच्छी रहती है, फिर मामूली सी होती जाती है और एक स्थल ऐसा आता है जहाँ अभ्यास से कुशलता में और वृद्धि होना रुक जाता है। ऐसे स्थल पर सीखने की तिर्यक-रेखा समतल हो जाती है। तिर्यक-रेखा के समतल हो जाने वाले स्थल को तिर्यक-रेखा का पठार (plateau) कहते हैं (चित्र ६१)। तिर्यक-रेखा के पठार का सामान्य अर्थ यह होता है कि व्यक्ति में सीखने की जितनी शारीरिक सीमा थी वह उस तक पहुँच चुका है। सीखने की शारीरिक सीमा वस्तुतः मांसपेशियों की कार्यशक्ति और न्यूरोनीय प्रवाह की गति से निर्धारित होती है जो प्राणी की परिपक्वता पर निर्भर है।

उन्नति का क्रम



चित्र ६१

किन्तु तिर्यक-रेखा (curve) प्राणी के व्यवहार-क्रम का लेखा होती है, उसके 'सीखने' का नहीं, इसलिए तिर्यक-रेखा के पठार की व्याख्या सावधानी से करना चाहिए। पठार की सही व्याख्या में यही कहा जा सकता है कि पठार सीखने में प्रकट रूप से कोई उन्नति न होने का ही निर्देशन करता है, सीखने की शारीरिक क्षमता या सीमा का निर्देशन नहीं करता। तिर्यक-रेखा में पठार आने के अनेक कारण हो सकते हैं।

यदि व्यक्ति सीखने में कुछ समय के लिए रुचि न ले तो उसके सीखने की तिर्यक-रेखा में पठार आ जाता है। इसका यह अर्थ कदापि नहीं हो सकता कि उस व्यक्ति के सीखने की शारीरिक क्षमता का अन्त हो चुका है। हो सकता है कि वही व्यक्ति फिर उस काम में रुचि लेकर उसे दुगुने उत्साह से सीखे और पठार के बाद उसके सीखने की तिर्यक-रेखा उसकी कार्य-कुशलता की वृद्धि का फिर निर्देशन करने लगे।

व्यक्ति यदि किसी समस्या को हल करते समय कोई नया ढंग अपनाता है तो तिर्यक-रेखा (curve) में पठार आ जाता है। कोई व्यक्ति एक उँगली से टाइप करना सीख रहा हो और उसकी गति अच्छी हो गई हो और यदि वह इतने के बाद पाँचो उँगलियों से टाइप सीखने का नया ढंग अपना ले तो उसके सीखने की तिर्यक-रेखा में पठार (plateau) आ जायगा क्योंकि वह अपने नए ढंग में पुराने ढंग से अर्जित कुशलता से लाभ नहीं उठा सकेगा।

सीखने में किसी प्रकार की बाधा पड़ने से भी तिर्यक-रेखा में पठार आ जाता है। जिस विद्यार्थी ने रटने-घोटने की आदत डाल ली है उसे यदि कोई ऐसी

बात बताई जाय जिसमे रटने की सम्भावना न हो तो उस विद्यार्थी के सीखने की तिर्यक-रेखा में पठार आ जायगा । इसका यह अर्थ नहीं है कि वह उस बात को सीख नहीं सकता वरन् उसका रट्टूपन उस बात को सीखने में बाधा डालता है ।

बहुत से कामों को सीखने की तिर्यक-रेखा में पठार नहीं आते जिससे स्पष्ट है कि पठार सीखने का अनिवार्य अंग नहीं होते । सीखने के लेखे में पठारों का आना काम की जटिलता और व्यक्ति द्वारा उस काम को सीखने के ढंग और अपनी पूर्व शिक्षा-दीक्षा से लाभ उठा सकने की क्षमता पर निर्भर होता है ।

सीखना और याद रखना

परिवेश से सतुलित व्यवहार कर सकने की क्षमता का विकास सीखने से होता है। मूलप्रवृत्तियों (instincts) के स्तर से हटकर परिवेश से अपना सतुलन करने में प्राणी पूर्व अनुभव से सीखी कुशलता का उपयोग करता है। सतुलित व्यवहार पूर्व अनुभव और नवीन स्थिति में संघर्ष का परिणाम होता है। जो प्राणी प्रक्षिप्त (reflex) क्रियाओं और मूलप्रवृत्तियों के स्तर से उठकर परिवेश से अपना सतुलन कर सकने में असमर्थ रहते हैं, विकास क्रम में उनका विनाश हो जाता है। ससार के प्राणियों की अनेक जातियों के विनाश का यही कारण है। सीखने का महत्व इसी से स्पष्ट है कि मनुष्य धन, शक्ति और समय लगाकर उन बातों को सीखने की चेष्टा करता है जो उसके उद्योग-धन्धों और सामाजिक जीवन के लिए आवश्यक होती हैं।

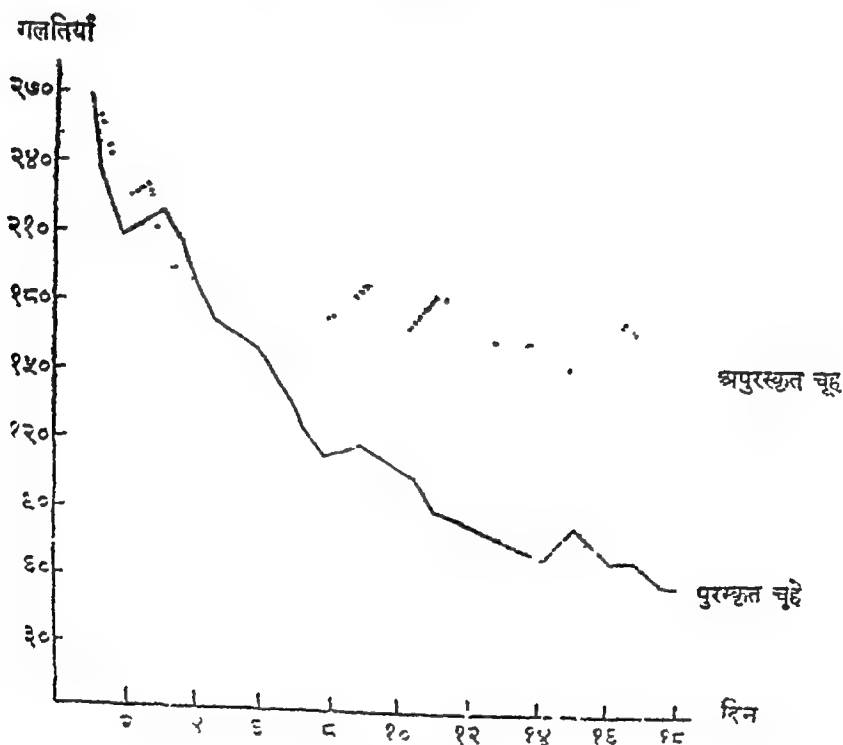
उत्तेजना और प्रतिक्रिया के सम्बन्ध की सार्थकता को अच्छी तरह जान लेना सीखना है और अच्छी तरह से सीख लेना याद रखना है। यद्यपि याद रखने का तात्पर्य सामान्यतः मौखिक (verbal) सीखना ही समझा जाता है, जैसे किसी कविता को याद रखना, किन्तु एक अर्थ में हमारा शरीर भी सीखी गई कुशलता को 'याद रखता' है। सीखना एक क्रिया है और याद रखना उस क्रिया से अर्जित कुशलता द्वारा लाभ उठा ले जाने की क्षमता है।

सीखने पर प्रभाव डालने वाली बातें

ससार का हर प्राणी किसी उद्देश्य से ही कुछ सीखता है। यदि सीखने के पीछे कोई उद्देश्य न हो तो यह कह सकना कठिन है कि प्राणी सीखने का इरादा भी रखेगा या नहीं। उद्देश्य के पीछे सीखने का निश्चित इरादा होता है। मैं अपने विद्यार्थियों को अनेक ऐसी बातें बताता रहता हूँ जिन्हें मैं तो भूल जाता हूँ किन्तु विद्यार्थी याद रखते हैं। इसका कारण यही है कि उन बातों को याद रखने का मेरा कोई इरादा नहीं होता जबकि विद्यार्थियों का होता है। उद्देश्य के न होने पर भी सीख सकना सम्भव है या नहीं? यह तो एक विवादग्रस्त प्रश्न है किन्तु प्रयोगों द्वारा सीखने पर उद्देश्य की प्रभावशीलता निर्विवाद सिद्ध हो चुकी है। प्राणी बिना किसी उद्देश्य के भी सीख सकता है

लेकिन तब उसके सीखने में वह कुशलता नहीं आ पाती जो उद्देश्य के रहने पर आती है। कई बार आपने कोई किताब पढ़ने पर यह अनुभव किया होगा कि आप पृष्ठ तो पढ़ जाते हैं लेकिन बाद में क्या पढ़ा है यह नहीं समझ पाते। स्पष्ट है कि आपके पढ़ने के पीछे कोई इरादा नहीं था। इरादा न होने पर मौखिक क्रियाओं की भाँति हम क्रियात्मक बातें भी ठीक से नहीं सीख पाते।

सीखने में उद्देश्य की प्रभावशीलता सिद्ध करने के लिये टोलमैन ने चूहों पर प्रयोग किये। भूखे चूहों को भूलभुलैया (maze) सिखाई गई। कुछ चूहों को भूलभुलैया का सही गलियारा पाने पर खाना मिला और कुछ को नहीं मिला। फिर खाना पाने और न पाने वाले चूहों के सीखने की तुलना की गई और यह देखा गया कि जिन चूहों को खाना मिलता रहा वे तो भूल-भुलैया का सही गलियारा सीखने में उन्नति करते रहे किन्तु जिनको खाना



चित्र ६२

नहीं मिला वे उन्नति नहीं कर सके। इसके बाद जिन चूहों को खाना मिलता रहा था उन्हें खाना देना बन्द कर दिया गया और जिन्हें नहीं मिलता था उन्हें दिया जाने लगा। तुलना करने पर यह देखा गया कि जिन्हें पहले खाना मिलता रहा था किन्तु अब नहीं मिलता था वे भूलभुलैया के सही गलियारे पर जाने में अवनति कर रहे थे और जिन्हें पहले खाना नहीं मिलता था किन्तु अब मिलने लगा था वे सही गलियारे पर जाने में उन्नति कर रहे थे (चित्र ६२)।

मनुष्य के सीखने पर उद्देश्य की प्रभावशीलता का निश्चय कर सकने के लिए पर्याप्त प्रयोग नहीं किए गए हैं। इसका कारण मनुष्य के गौण उद्देश्यों पर नियन्त्रण कर सकने की कठिनाई है। प्रयोग द्वारा यह साबित हो चुका है कि मनुष्य यदि अपने सीखने की प्रगति को जानता रहता है तो वह जल्दी सीखता है। सीखने की प्रगति जानते रहने से मनुष्य में अपनी सफल क्रियाओं को दुहराने की प्रवृत्ति पदा होती है जिससे वह अपनी असफल क्रियाओं को सुधारता चलता है। सीखने की प्रगति जानते रहने से मनुष्य की चेतन प्रवृत्ति ठीक तरह काम करने की दिशा में लगी रहती है।

पुरस्कार और दंड का प्रभाव—मनुष्यों को सिखाने के लिए पुरस्कार और दंड का विधान मानव-समाज में प्राचीन काल से चला आ रहा है। समाज में प्रतिष्ठित व्यवहार के लिए पुरस्कार और अप्रतिष्ठित के लिए दंड सदा दिया जाता है। किन्तु पुरस्कार और दंड के पीछे कुछ सिद्धान्त काम करते हैं जिनकी अपेक्षा नहीं करनी चाहिए यद्यपि प्रायः की जाती है।

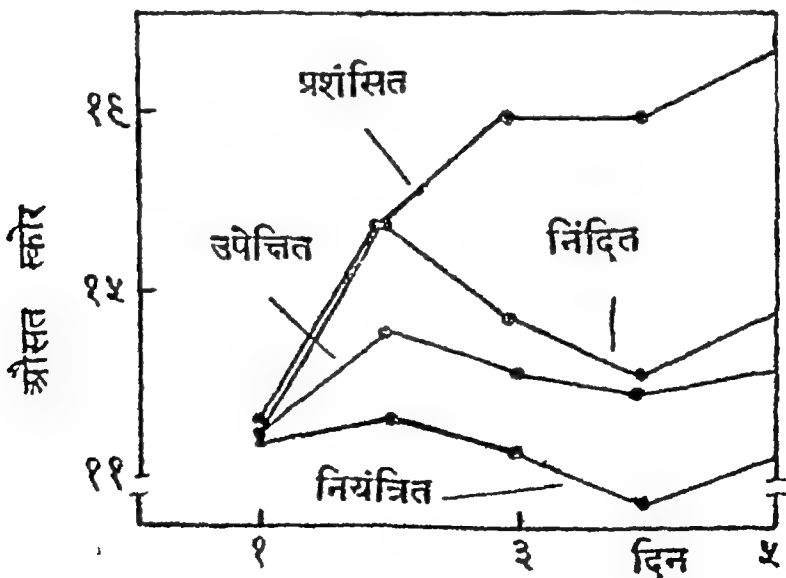
वास्तविक पुरस्कार वही होता है जो व्यक्ति की किसी तत्कालीन इच्छा को सन्तुष्ट करे। भरे पेट व्यक्ति को अच्छे काम के लिए खाने की चीज देना निरर्थक पुरस्कार है। पुरस्कार की सार्थकता व्यक्ति की इच्छा पूर्ति पर निर्भर होती है। हो सकता है कि जिसे पुरस्कार समझा जा रहा हो वह किसी व्यक्ति के लिए पुरस्कार न हो। इसलिए किसी व्यक्ति को कोई पुरस्कार देने से पहले यह पता लगा लेना चाहिए कि वह पुरस्कार उस व्यक्ति के लिए सार्थक होगा या नहीं। पुरस्कार प्रतिक्रिया के तत्काल बाद ही मिलना चाहिए नहीं तो उसकी सार्थकता नष्ट हो जाने का भय रहता है। अच्छे कामों के लिए अगले जन्म में फल मिलने के पुरस्कार का प्रलोभन देकर हम अपने समाज के नैतिक स्तर को आज तक ऊँचा नहीं कर सके हैं। “कौन जीता है तेरी जुल्फ के सर होने तक।”

दंड की अपेक्षा पुरस्कार का प्रभाव प्राणी पर ज्यादा हितकर पड़ता है क्योंकि वह पुरस्कार देने वाले व्यक्ति का सहयोगी और आज्ञाकारी बन जाता है। दंड का प्रभाव कभी-कभी दंड के उद्देश्य को पराजित कर सकता है और प्राणी दंड देने वाले के प्रति विद्वेष रखकर उसी काम को फिर कर सकता है जिसके लिए उसे दंड दिया गया हो। दंड देने से यदि प्राणी की प्रतिक्रिया में परिवर्तन नहीं होता और यदि वह निष्क्रिय बन जाता है तो दंड निरर्थक हो जाता है। दंड का उद्देश्य प्राणी को सही प्रतिक्रिया सिखाना है न कि उसे निष्क्रिय बनाना। दंड भी तभी प्रभावशाली होता है जब वह प्रतिक्रिया के क्षण ही दिया जाय क्योंकि इससे दंड और प्रतिक्रिया का साहचर्य दृढ़ बनता

हैं और मनुष्य अपनी प्रतिक्रिया की गलती तत्काल जानकर उसे छोड़ने की चेष्टा करता है। पुरस्कार और दंड देने में कोई अपवाद नहीं होना चाहिए। अपवाद से पुरस्कार और दंड की सार्थकता घट जाती है।

प्रशंसा और निंदा का प्रभाव—सीखने पर प्रशंसा और निंदा का सापेक्ष प्रभाव भी बहुत पड़ता है। एक प्रयोग में १०६ लड़कियों को योग्यता और आयु के अनुसार चार वर्गों में बांट दिया गया। फिर उन्हें गणित की तीस समस्याएँ दी गईं और उनसे १५ मिनट के अन्दर जितना बन सके उतनी समस्याओं का हल करने को कहा गया। निंदित वर्ग को रोज कक्षा के सामने खड़ा करके उसकी असावधानी, गलतियाँ करने और कोई सुधार न कर सकने की निंदा की जाती थी, चाहे उसने काम कितना ही अच्छा क्यों न किया हो। निंदित वर्ग यह भी नहीं जानता था कि उसने कितनी समस्याओं का सही हल किया है। प्रशंसित वर्ग की कक्षा के सामने रोज प्रशंसा की जाती थी चाहे उसका काम अच्छा रहा हो या बुरा। तीसरा उपेक्षित वर्ग था जो रोजाना दूसरे वर्गों की निंदा और प्रशंसा ही सुना करता था किन्तु उससे कुछ नहीं कहा जाता था। चौथा नियंत्रित वर्ग था जो अपना काम एक अलग कमरे में करता था। उसके काम में कोई हस्तक्षेप नहीं किया जाता था और उसे अन्य वर्गों के प्रति रोजाना किए जाने वाले व्यवहार का पता भी नहीं चलता था।

इस प्रयोग से प्राप्त परिणामों को चित्र ६३ में दिखाया गया है। शुरू

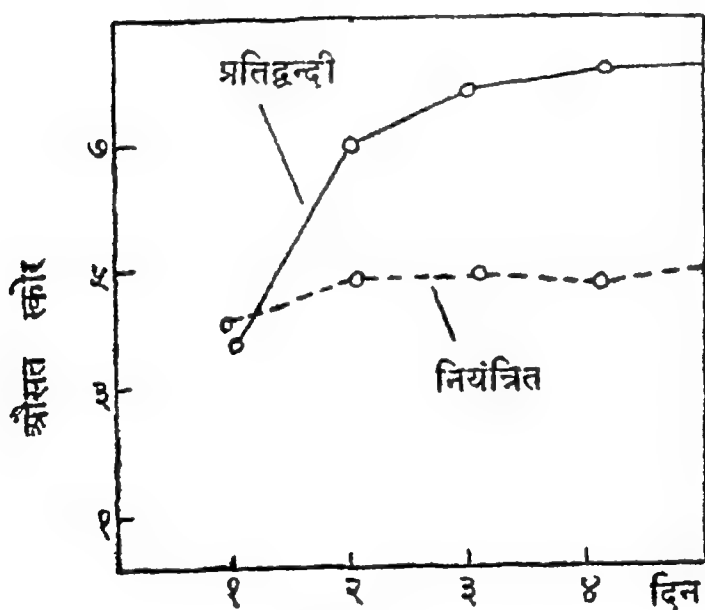


चित्र ६३

में चारों वर्गों का औसत स्कोर (SCORE) बराबर था। चारों वर्गों ने लगभग १२ समस्याओं को सही हल किया था। दूसरे दिन प्रशंसित और निंदित दोनों

वर्गों ने समान रूप से लगभग १६ समस्याएँ ठीक की। यहाँ से प्रोशसित वर्ग तो निरन्तर उन्नति करता रहा और निन्दित वर्ग की दिन प्रति दिन अवनति होती गई। उपेक्षित और नियंत्रित वर्गों ने कोई अविच्छिन्न उन्नति नहीं की।

प्रतिद्वन्दिता का प्रभाव—प्रतिद्वन्दिता की भावना से सीखने में काफी उन्नति होती है। लेखक ने अपने एक प्रयोग में छोटी कक्षा के एक ही उम्र के और समान योग्यता रखने वाले छात्रों को क, ख, ग, घ, वर्गों में बाँट दिया। फिर उनको प्रतिदिन चार बार के अभ्यास में पाँच दिन तक हस्तलेख सुधारने को कहा गया। क और ख वर्गों को प्रतिद्वन्दी बना दिया गया और ग घ वर्गों में प्रतिद्वन्दिता की भावना न जाग्रत कर नियंत्रित रखा गया। प्रयोग से जो परिणाम प्राप्त हुआ वह चित्र ६४ में दिखाया गया है। शुरू में प्रतिद्वन्दी और नियंत्रित दोनों वर्गों का निष्पादन लगभग बराबर ही रहा किन्तु बाद में प्रतिद्वन्दी वर्ग के हस्तलेख में नियंत्रित वर्ग की अपेक्षा अधिक सुधार होने लगा। किन्तु यह भी भूलना चाहिए कि तीव्र प्रतिद्वन्दिता से सीखने पर कुप्रभाव पड़ता है और वह सुचारु ढंग से सीखने में बाधक बनती है।



चित्र ६४

सीखने पर अभ्यास का प्रभाव—उद्देश्य के रहते हुए भी ज्यादा कुशलता प्राप्त करने के लिए सीखने का प्रारम्भ कैसे करना चाहिए? अन्य दैनिक कामों से फुर्सत पाने के बाद मान लीजिए किसी व्यक्ति को केवल चार घंटे मिलते हैं और उन्हें वह टाइप करना सीखने में लगाना चाहता है। वह अपने समय का उपयोग दो तरह से कर सकता है। वह चार घंटों को या तो छोटे-

छोटे टुकड़ों में वितरित करके रोज कई बार अभ्यास करे या एकत्रित रूप में लगातार चारों घंटे । उसे वितरित (distributed) और एकत्रित (massed) अभ्यास में किसे अपनाना चाहिए ? अभ्यास की इन दो प्रणालियों में से किससे ज्यादा अच्छी तरह सीखा जा सकता है ?

इस प्रश्न का कोई निश्चित उत्तर नहीं है । प्रयोगों द्वारा यह देखा गया है कि सीखने की अनेक स्थितियों में वितरित अभ्यास एकत्रित अभ्यास से सामान्यतः उत्तम पड़ता है । किंतु कुछ स्थितियों में एकत्रित अभ्यास द्वारा सीखने से अधिक कुशलता आती है । विभिन्न स्थितियों में किए गए प्रयोगों से वितरित और एकत्रित अभ्यास द्वारा सीखने पर सापेक्ष प्रभाव डालने वाली अनेक बातों का पता चला है ।

यदि सीखने की सामग्री थोड़ी हो तो एकत्रित (massed) अभ्यास वितरित (distributed) अभ्यास से उत्तम होता है । कोई काम करने के लिए पहले 'तैयारी' करनी पड़ती है । आप जब पढ़ने बैठते हैं तो पहले पानी पी लेते हैं, फिर किताब खोलकर उसे मेज पर ठीक से रखते हैं, फिर पेसिल नुकीली करते हैं, फिर अपना ध्यान चारों ओर से समेट कर पुस्तक पर एकाग्र करते हैं, तब पढ़ना शुरू करते हैं । इस 'तैयारी' में समय लगता है और यदि आप पढ़ने के समय को वितरित करके रोज कई बार पढ़ें तो बहुत-सा समय फिर से 'तैयार' होने में नष्ट होगा । एकत्रित अभ्यास में एक बार 'तैयार' हो जाने के बाद फिर 'तैयार' होने के लिए समय नष्ट नहीं होता ।

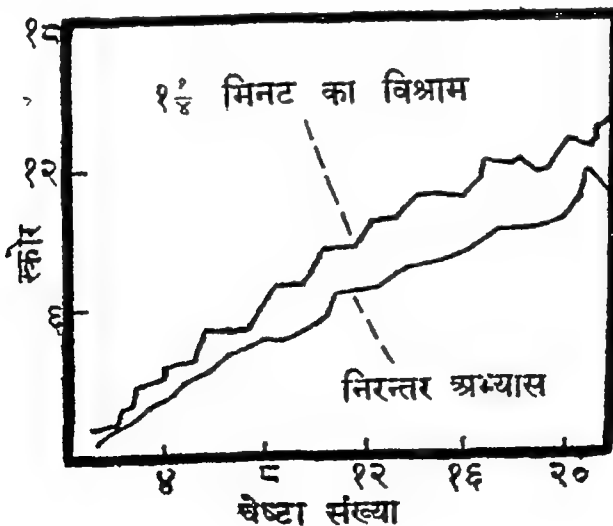
सीखने में यदि शारीरिक या मानसिक चेष्टा ज्यादा करना पड़ती है तो वितरित (distributed) अभ्यास से ज्यादा अच्छी तरह सीखा जाता है । एकत्रित अभ्यास से शरीर या मनस् थक जाता है जिससे सीखने की क्षमता घट जाती है । वितरित अभ्यास से बीच-बीच में विश्राम मिलता रहता है जिससे शरीर या मनस् सीखने के लिए फिर तरोताजा हो जाता है ।

परिधीय और केन्द्रीय स्नायु-प्रवन्ध के प्रसंग में देखा जा चुका है कि एक बार उत्तेजना मिलने पर शरीर के स्नायु सञ्ज्ञाशून्य हो जाते हैं और उनकी सञ्ज्ञाशून्यता (refractory period) के समय किसी क्रिया की पुनरावृत्ति जल्दी नहीं हो सकती । एकत्रित अभ्यास में क्रिया की पुनरावृत्ति जल्दी होती है किन्तु वितरित अभ्यास में विश्राम-काल मिलते रहने से सीखने में धीरे-धीरे पुनरावृत्ति की आवश्यकता नहीं रहती । वितरित अभ्यास की प्रभाव-शीलता के पीछे धायद यही कारण होता है ।

वितरित (distributed) अभ्यास के विश्राम-काल में व्यक्ति को सीखने के प्रसंग में की गई असफल प्रतिक्रियाओं के सम्बन्धों को भूल जाने का अवसर मिलता रहता है। असफल प्रतिक्रियाएँ दृढ़ नहीं बन पाती और वे वितरित अभ्यास के विश्राम-काल में क्षीण हो जाती हैं।

वितरित अभ्यास में दो प्रमुख समस्याएँ होती हैं एक बार के अभ्यास में कितना समय लगाना चाहिए और दो अभ्यासों के बीच विश्राम-काल में कितना अन्तर देना चाहिए ? टाइप करना सीखने के लिए चार घटों में से एक बार के अभ्यास में तीस मिनट लगाना चाहिए या पैतालीस या एक घंटा ? दूसरे, टाइप करने के दो अभ्यासों के बीच विश्राम-काल डेढ़ घंटा होना चाहिए या दो या तीन ?

वितरित अभ्यास में विभिन्न विश्राम-कालों के प्रभाव को जानने के लिए एक प्रयोग में १८ निरर्थक शब्द-तालिकाओं को प्रत्येक बार की चेष्टा में २० बार दिखाया जाता था। एकत्रित अभ्यास द्वारा सीखने वाले वर्ग ने पूरी तालिका को २२ बार की निरन्तर चेष्टाओं द्वारा सीखा। अन्य वर्गों को प्रत्येक चेष्टा के बाद क्रमशः ८, ३१, २, ११ मिनट का विश्राम-काल दिया गया। इस प्रयोग के परिणाम का लेखा चित्र ६५ में दिया गया है। ज्यादा देर के विश्राम-काल कम देर के विश्राम-कालों से ज्यादा वाछनीय साबित हुए। किन्तु विश्राम रहित एकत्रित अभ्यास की तुलना में ज्यादा अच्छी तरह सीखने के लिए कम से कम ११ मिनट का विश्राम-काल दिया जाना अत्यन्त अपेक्षित था।



चित्र ६५

सीखने की प्रगति पर प्रत्येक अभ्यास में लगाए जाने वाले समय और वितरित अभ्यासों के बीच विश्राम-काल के अन्तर दोनों का प्रभाव पड़ता है।

सीखने की कुशलता के लिए प्रत्येक अभ्यास में लगाया जाने वाला समय और वितरित अभ्यासों के बीच विश्राम-काल का अन्तर सीखने की विभिन्न स्थितियों में अलग अलग होता है और सीखने वाले व्यक्ति और उसके उद्देश्य से निर्धारित होता है।

सामग्री को सीखने के ढंग का प्रभाव—सीखने की सामग्री को दो तरह से सीखा जा सकता है। या तो प्रत्येक अभ्यास में पूरी सामग्री को एकदम से या फिर थोड़ा थोड़ा करके। पूरी सामग्री (whole) को एकदम से सीखने में ज्यादा कुशलता आती है या प्रत्येक अभ्यास में उसके एक हिस्से (part) को सीखने से? मान लीजिए आप भूलभुलैया (maze) सीख रहे हैं। आप या तो प्रत्येक अभ्यास में पूरी भूलभुलैया सीखने का प्रयत्न कर सकते हैं या भूलभुलैया के चार हिस्से करके बारी बारी से प्रत्येक हिस्से को सीख सकते हैं। सामग्री को सीखने के इन दोनों ढंगों में कौन ढंग अच्छा है? किस ढंग से कम समय में अधिक कुशलता आ सकती है?

सामग्री को पूरा या थोड़ा-थोड़ा करके सीखने पर किए गए प्रयोगों से इस बात पर कोई निश्चित प्रकाश नहीं पड़ता कि सीखने के लिए कौन ढंग ज्यादा अच्छा है। बहुत से लोगों को एक ही काम पूरा और खण्ड खण्ड करके सिखाकर जब उनके सीखने के परिणाम की तुलना की गई तो भी दोनों ढंगों की सापेक्षिक उत्तमता सिद्ध नहीं हो सकी। कुशाग्र बुद्धि के लोगों के लिए पूरी सामग्री सीखना अच्छा रहता है। वुडवर्थ ने सामग्री को पूरा और खण्ड-खण्ड करके सीखने पर किए गए प्रयोगों का निष्कर्ष यों दिया है :

...सामग्री को पूरा सीखने की अपेक्षा उसके खण्डों को बारी बारी से सीखना आसान पड़ता है। खण्डों को सीखने में व्यक्ति समस्या से अपना सतुलन भलीभाँति कर लेता है। खण्डों द्वारा सीखी गई कुशलता का कुछ अंश पूरी सामग्री सीखने के समय रहता है। किन्तु खण्डों को एक साथ श्रृंखलाबद्ध करने में व्यक्ति को और परिश्रम करना पड़ता है। हो सकता है कि खण्डों को सीखने से शक्ति और समय की बचत होती हो, किन्तु यह सीखने की सामग्री की कठिनता और व्यक्ति के सीखने के कौशल पर निर्भर है। यदि व्यक्ति पूरी सामग्री को सीखने के लिए अपना पर्याप्त सतुलन कर सकता है तो वह पूरी सामग्री को एकदम सीखने के प्रयत्नों से कम समय में अधिक कुशलता प्राप्त कर सकता है। किसी व्यावहारिक स्थिति में पूरी सामग्री को एकदम सीखना ही अच्छा होता है, किन्तु यदि किसी विशेष बात को सीखना हो तो उसके किसी खण्ड पर एकाग्र हो सकने में स्वतन्त्र रहना चाहिए...

याद रखना

अब तक हमने प्राणी कुशलता कैसे अर्जित करता है इसी पक्ष पर अधिक जोर दिया है। प्राणी सीखने से जो कुछ अर्जित करता है उससे वह आगे चलकर लाभ उठाता है। यदि सीखी हुई क्रियाएँ याद न रहती तो हमें हर काम रोज नए सिरे से करना पड़ता और सारा सीखना बेकार हो जाता। सीखने से किसी उत्तेजना के प्रति प्रारम्भ में की जाने वाली प्रतिक्रियाओं में आवश्यक सशोधन हो जाता है। बाइसिकिल चलाना या तैरना सीख लेने के बाद व्यक्ति की क्रियाओं में वाइसिकिल चला सकने या तैरने के लिए आवश्यक सशोधन होता है जिससे वह बाद में बाइसिकिल चलाने या तैरने के समय अनाड़ी की भाँति वे चेष्टाएँ नहीं करता जिन्हे सीखते समय करता था। सीखने से क्रियाओं में जो आवश्यक सशोधन हो जाते हैं उनका बहुत समय तक न मिटना या दूसरे शब्दों में उन्हें धारण (retain) किये रहना ही याद रखना है।

भूलभुलैया सीख लेने के कुछ लम्बे समय तक चूहे या मनुष्य का लक्ष्य तक पहुँचने की सही प्रतिक्रिया में भूल-चूक न करना यह साबित करता है कि भूलभुलैया सीखने से उनकी क्रियाओं में हुए आवश्यक सशोधन नष्ट नहीं हुए और वे उनको धारण किए रहे—उनको भूलभुलैया के लक्ष्य तक पहुँचने की सही प्रतिक्रिया याद रही। याद रखने में शरीर के अन्दर किस तरह के परिवर्तन या सशोधन होते हैं और वे कोषों में होते हैं या न्यूरोनीय-सामीप्यो (synapses) में या और कहीं यह विवादग्रस्त विषय है और इस पर अब तक कोई निश्चित मत नहीं बन सका है।

प्राणी को बहुत सी याद हो गई बातों का बोध तक नहीं होता। बचपन में आप पैरों पर खड़े होकर चल नहीं पाते थे। धीरे धीरे आपके पैरों की मासपेशियों में चलने के लिए आवश्यक सशोधन होते गए और आपका शरीर उन्हें 'याद करता' गया यानी वे सशोधन नष्ट नहीं हुए। क्या आप को कभी ऐसा लगता है कि बचपन में सीखा गया चलना आपको आज तक याद है? नहीं। आपको अनेक ऐसी बातें याद होंगी जिनके याद होने का शायद आपको बोध भी न होता हो। यदि प्राणी में याद रखने या अर्जित कुशलता को धारण (retain) कर सकने की क्षमता न होती तो वह कुछ भी नहीं सीख पाता।

याद रखना एक ऐसी विशद् क्रिया का नाम है जिसके अन्दर पुनरावर्तन (recall), पहचानना और ऐसी बातों का धारण करना भी आ जाता है जो न मौखिक (verbal) हो और न जिनका कभी बोध होता हो। बचपन में आपने कविताएँ याद की होंगी। उनमें से कोई तो आपको ज्यों की त्यों याद

हो सकती है और आप उसका पुनरावर्तन कर सकते हैं। कुछ ऐसी भी हो सकती है जो आपको याद न रही हो किन्तु यदि दिखाई जाय तो आप पहचान लेंगे कि वचन में आपने उन्हें याद किया था।

सामान्यतः यह देखा गया है कि क्रियात्मक सीखना आसानी से नष्ट नहीं होता और प्राणी उसे जीवन भर याद रख सकता है। बाइसिकिल चलाना या तैरना क्रियात्मक सीखना है और यदि एक बार सीख लेने के बाद वह सात-आठ साल तक छूटा रहे तब भी अच्छी तरह याद रहेगा। सात-आठ साल बाद भी बाइसिकिल चलाने या तैरने में कोई कमी नहीं पड़ेगी। मौखिक सीखना अपेक्षाकृत अधिक आसानी से नष्ट हो जाता है। आज याद की हुई कविता या कोई पाठ सात-आठ साल के बाद उसे अच्छी तरह याद नहीं रह पाता जिस तरह बाइसिकिल चलाना या तैरना रहता है।

याद रखने पर प्रभाव डालने वाली बातें—मनुष्यों के मौखिक सीखने पर पहले-पहल एविंगहाउस नामक मनोविज्ञानी ने प्रयोग किए थे। चूँकि मनुष्य सार्थक बातों को सीखने में अपनी अर्जित कुशलता से लाभ उठा सकता है इसलिए एविंगहाउस ने अपने प्रयोगों में निरर्थक शब्दों को रक्खा जिससे उन्हें सीखने में मनुष्य अपनी पूर्व अर्जित कुशलता से लाभ न उठा सके। सार्थक शब्दों के प्रति मनुष्य की प्रतिक्रिया निश्चित हो सकती है किन्तु निरर्थक शब्दों के प्रति नहीं होती। जब मनुष्य को निरर्थक शब्दों का समूह सीखने को दिया जाता है तो वह उसे सीखने में अपनी पूर्व अर्जित कुशलता से लाभ उठा सकने से वंचित रह जाता है।

सार्थकता का प्रभाव—एक प्रयोग में कुछ मनुष्यों को क्रमशः २०० निरर्थक शब्द, २०० अमिश्रित अक्षर, सार्थक गद्य के २०० शब्द और सार्थक पद्य के २०० शब्द याद करने को दिए गए। उन सबको याद करने में जो समय लगा उनका व्योरा यों है :

निरर्थक शब्दों का याद करने में औसतन ६३ मिनट लगे।

अमिश्रित अक्षरों का याद करने में औसतन ८५ मिनट लगे।

सार्थक गद्य के शब्दों का याद करने में औसतन २४ मिनट लगे।

सार्थक पद्य के शब्दों का याद करने में औसतन १० मिनट लगे।

इस व्योरे से स्पष्ट है कि सार्थक गद्य और पद्य के शब्दों का याद करने में बहुत कम समय लगा। सार्थक शब्दों का याद करने में कम समय इसलिए लगता है कि मनुष्य उनमें पहले से ही परिचित होता है जिससे उसे बहुत

से अश को याद नहीं करना पड़ता । सार्थकता स्वयं याद रखने का परिणाम होती है इसलिए सार्थक बात जल्द हो जाती है ।

कुछ लोग निरर्थक शब्दों को याद करने के लिए उनसे विभिन्न प्रकार के सम्बन्ध स्थापित कर लेते हैं । इससे याद रखने में बड़ी सहायता मिलती है । केवल ज्ञानेन्द्रियो या कर्मेन्द्रियो के सम्बन्ध-मात्र से ही याद करने को तोतारटन (rote memory) कहा जाता है । तोतारटन की अपेक्षा सार्थक सम्बन्ध स्थापित करने से ज्यादा अच्छी तरह याद किया जा सकता है ।

सार्थक शब्दों को याद कर लेना केवल पूर्व परिचय पर ही निर्भर नहीं होता । यदि सार्थक शब्द वाक्य में यथास्थान न हो तो उन्हें याद करना कठिन होता है । 'उर वीणा के तार न छेड़ो' वाक्य को याद कर लेना आसान है क्योंकि इसमें प्रत्येक सार्थक शब्द यथास्थान है; किन्तु 'वीणा न उर छेड़ो के तार' को याद करना कठिन है क्योंकि इसमें प्रत्येक शब्द सार्थक होते हुए भी यथास्थान नहीं है ।

किन्तु सभी निरर्थक शब्द अर्थहीन नहीं होते और वे कभी-कभी सार्थक शब्दों की ओर संकेत कर सकते हैं । तत् निरर्थक शब्द हैं किन्तु वह ताश या तश्तरी आदि सार्थक शब्दों की ओर संकेत कर सकता है । किसी निरर्थक शब्द की सार्थक शब्दों की ओर संकेत कर सकने की शक्ति को उसकी अनुषंगिक महत्ता (association value) कहते हैं । अनुषंगिक महत्ता रखने से निरर्थक शब्द की अर्थहीनता घट जाती है और उस निरर्थक शब्द को अन्य निरर्थक शब्दों की अपेक्षा आसानी से याद किया जा सकता है ।

ज्ञानेन्द्रियो का प्रभाव—शिक्षा की दृष्टि से यह प्रश्न बहुत महत्वपूर्ण है कि मौखिक सीखने पर किस ज्ञानेन्द्रिय का सापेक्ष प्रभाव ज्यादा पड़ता है । सर्वमान्य मत यह है कि सुनने की अपेक्षा देखने से ज्यादा अच्छी तरह याद रखा जा सकता है । यद्यपि प्रयोगों से सर्वमान्य मत की पुष्टि होती है किन्तु याद रखने पर दो या दो से अधिक ज्ञानेन्द्रियो का सम्मिलित प्रभाव ज्यादा अनुकूल पड़ता है । पोर्ट ने याद रखने की अच्छी से कमजोर पद्धतियों का निम्नलिखित वर्गीकरण किया है ।

पढ़ना और सुनना

दूसरे के बोलने पर लिखना

जोर से पढ़ना

चुपचाप पढ़ना

सुनी बात की मौखिक पुनरावृत्ति

सुनना

नकल करना

किन्तु ऊपर दिया हुआ क्रम लोगों के अभ्यस्त होने और अवधान की दिशा पर निर्भर होता है और अन्य प्रभावों के पड़ने से बदल भी सकता है।

आयु का प्रभाव—सीखने पर आयु का क्या प्रभाव पड़ता है ? सीखना अपनी पराकाष्ठा पर किस आयु तक पहुँच जाता है और किस आयु से सीखने में ह्रास होने लग जाता है ? लोगों की विकास और ह्रास गति अलग-अलग होने से इन प्रश्नों का कोई एक उत्तर नहीं दिया जा सकता। थार्नडाइक ने अपने प्रयोगों से यह परिणाम निकाला कि बच्चों की अपेक्षा वयस्क विदेशी भाषाएँ, चित्रकला, गणित और पढ़ना शीघ्र गति से सीखते हैं। सीखने की कुशलता २२ से ४२ की आयु तक लगभग १५ प्रतिशत घटती है। कार्यात्मक कुशलता और भी जल्द घटती है और बौद्धिक कुशलता सबसे बाद में कम होना शुरू होती है। अध्यापकों में पचास साल की उम्र तक सीख सकने की योग्यता पाई गई है।

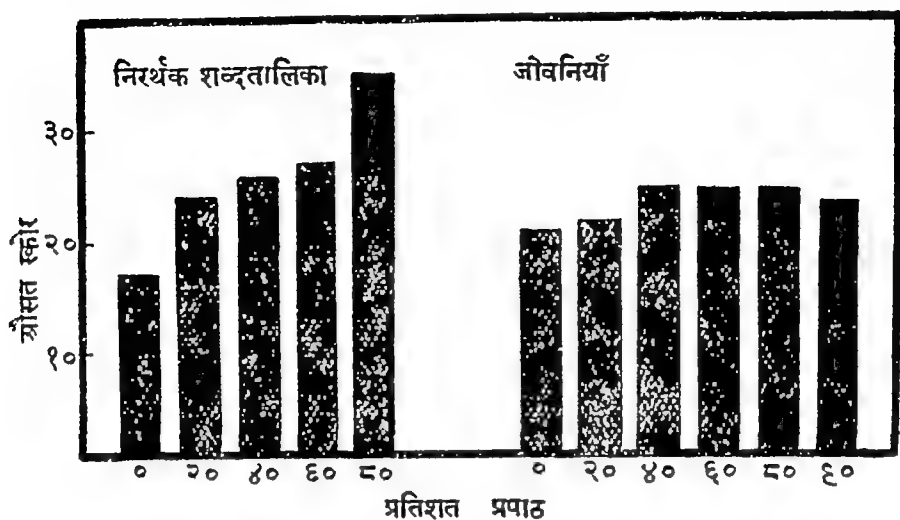
लिंग (sex) का प्रभाव—लड़कियाँ सामान्यतः अपनी ही उम्र के लड़कों से पढाई-लिखाई और याद रखने में औसतन ज्यादा निपुण होती हैं। यह तो निश्चित रूप से नहीं कहा जा सकता कि इसका कारण आनुवंशिक भेद में होता है या नहीं। हो सकता है कि लड़कियों की निपुणता का कारण उनके ज्यादा सहयोग और रुचि में हो।

उद्देश्य आदि का प्रभाव—याद रखने पर उद्देश्य का भी प्रभाव पड़ता है। उद्देश्य याद रखने का 'अचेतन इरादा' होता है। साथ ही साथ याद रखने पर दुहराने का भी प्रभाव पड़ता है। जो बात जितनी बार दुहराई जाती है वह उतनी ही दृढ़ता से याद हो जाती है। उद्देश्य और दुहराने के अतिरिक्त याद करने पर याद की जाने वाली सामग्री के प्रकार का भी प्रभाव पड़ता है। गद्य की अपेक्षा पद्य ज्यादा आसानी से याद हो जाता है।

अच्छी तरह याद करने के उपाय—किसी भी उत्तेजना को अच्छी तरह याद करने के कुछ विशेष उपाय हैं जिनमें प्रपाठ (recitation) और ज्यादा सीगना (overlearning) मुख्य हैं।

प्रपाठ (Recitation)—मौखिक सीगने पर पढ़ने मात्र की अपेक्षा प्रपाठ का महत्व जानने के लिए अनेक प्रयोग किये गये हैं। एक प्रयोग में विभिन्न कक्षाओं के बच्चों को निरर्थक शब्द-तालिकाएँ और छोटी छोटी जीव-

नियाँ याद कराई गई । कुछ लड़को ने निरर्थक शब्द-तालिकाओ और जीव-नियो को अपने शत प्रतिशत समय में केवल पढा मात्र, कुछ ने ८० प्रतिशत पढा



चित्र ६६

और २० प्रतिशत पढे हुए का प्रपाठ किया, कुछ ने ६० प्रतिशत पढा और ४० प्रतिशत-प्रपाठ किया, शेष लड़को ने २० प्रतिशत पढा और ८० प्रतिशत प्रपाठ किया । निरर्थक शब्द-तालिका याद करने में प्रपाठ की सीमा ८० प्रतिशत और जीवनियाँ याद करने में ६० प्रतिशत तक रक्खी गई । इस प्रयोग से प्राप्त परिणामो को चित्र ६६ में दिखाया गया है । स्पष्ट है कि प्रपाठ का जितना प्रभाव निरर्थक शब्द-तालिका याद करने पर पढा उतना सार्थक जीवनियाँ याद करने पर नहीं पढा । फिर भी प्रपाठ के हर प्रतिशत का प्रभाव जीवनियाँ याद करने पर उत्तरोत्तर अच्छा ही पढा ।

प्रपाठ से अच्छी तरह याद होने के अनेक कारण हो सकते हैं । पहला तो यह हो सकता है कि प्रपाठ करने की नीयत से पढना उद्देश्य या सीखने की इच्छा को जाग्रत करता है और सीखने पर उद्देश्य का बहुत अच्छा प्रभाव पड़ता है । दूसरे प्रपाठ से याद करने की प्रगति का पता चलता रहता है जिससे याद करने का पुनर्शक्तीकरण (reinforcement) होता जाता है ।

धारण-क्षमता जानना—प्राणी जो कुछ सीखता है उसे धारण कर सकने की क्षमता रखता है इसलिए उसकी धारण-क्षमता-परीक्षा करके वह कितना याद रख सका है इसका पता लगाया जा सकता है । धारण-क्षमता का पता लगाने का सरल उपाय सीखी हुई बात को फिर से दुहराना है । जिस बात को जितने प्रतिशत दुहराया जा सकता है उसकी धारण-क्षमता भी उतने प्रतिशत होती है ।

धारण-क्षमता को जानने का एक और उपाय यह भी है कि प्राणी जो कुछ जिस तरह सीख चुका है वही उसे दुबारा फिर उसी तरह सीखने दिया जाय। मान लीजिए कि किसी चूहे ने भूलभूलैया सीखने में पहले बत्तीस प्रयत्न किए थे किन्तु दूसरी बार वह उसी भूलभूलैया को आठ प्रयत्नों में ही सीख गया। पहली बार जिस भूलभूलैया को सीखने के लिए बत्तीस प्रयत्नों की अपेक्षा होती थी उसे फिर सीखने में केवल आठ प्रयत्नों की ही अपेक्षा हुई और इस प्रकार ७५ प्रतिशत प्रयत्नों की बचत हुई। इससे यह निष्कर्ष निकला जा सकता है कि चूहे की भूलभूलैया का सही मार्ग धारण करने की क्षमता ७५ प्रतिशत थी।

एविगहाउस ने धारण-क्षमता की परीक्षा के इस उपाय को 'बचत का उपाय' (saving method) नाम दिया। इस उपाय से सीखी हुई चीज को फिर से सीखने में जितना समय लगता है, जितने बार प्रयत्न करना पड़ता है और जितनी गलतियाँ होती हैं उनकी पहली बार सीखने में लगे समय, किए गए प्रयत्नों और होने वाली गलतियों से तुलना करके समय, प्रयत्नों और गलतियों की 'बचत' देखी जाती है और वह बचत प्राणी की धारण-क्षमता की निर्देयक होती है।

ज्यादा सीखने (over-learning) का प्रभाव—धारण करने पर दुहराने का बहुत प्रभाव पड़ता है और यह भी निर्विवाद मान लिया जाता है कि दुहराने से मनम् पर क्रमशः पड़ने वाले संस्कारों की शक्ति बराबर होती है। एविगहाउस ने धारण करने पर दुहराने का प्रभाव जानने के लिए प्रयोग कर जरूरत से ज्यादा सीखने के सम्बन्ध में कुछ विशेष बातों की खोज की। प्रयोग में एक ही लम्बाई की विभिन्न उत्तेजनाओं में से कुछ कम को और कुछ को ज्यादा बार दुहराने को दिया जाता था और बाद में धारण-क्षमता की परीक्षा की जाती थी। ६४ बार तक अभ्यास करने में धारण करने पर दुहराने की सख्याओं का प्रभाव लगभग बराबर ही पड़ा किन्तु अच्छी तरह से याद करने के लिए ६४ बार अभ्यास करना जरूरत से ज्यादा था। एविगहाउस ने एक महत्वपूर्ण बात यह पाई कि अच्छी तरह याद हो जाने के बाद भी जरूरत से ज्यादा दुहराने का प्रभाव धारण करने पर अच्छा पड़ता है। क्रुजर (Krueger) ने अपने प्रयोगों के आधार पर यह निष्कर्ष निकाला कि धारण-क्षमता पर ५० प्रतिशत ज्यादा सीखने का प्रभाव सों अच्छा पड़ता है किन्तु ५० प्रतिशत से ज्यादा सीखने का प्रभाव नहीं पड़ता। मन्द की अपेक्षा कुशाग्र बुद्धि वालों पर ज्यादा सीखने का प्रभाव अच्छा पड़ता है। ज्यादा समय तक धारण किए रहने के लिए ज्यादा सीखना अनुचित है।

पुनरावर्तन करना

प्राणी जो कुछ सीखता है उसका पुनरावर्तन (recall) किसी न किसी रूप में अवश्य कर सकता है। वचन में याद की गई कविताओं का थोड़ा-बहुत पुनरावर्तन किया जा सकता है चाहे वह सुनाकर किया जाय या लिखकर। पुनरावर्तन सीखने से अर्जित कुशलता को धारण करने का एक और प्रमाण है।

पुनरावर्तन करने की शक्ति लोगों में एक-सी नहीं होती। कोई लम्बे नामों का पुनरावर्तन कर सकता है और कोई नहीं। नीचे विभिन्न अकों की सख्याएँ दी गई हैं। अपनी और अपने परिचितों की परीक्षा करके देखिए कि आप और वे एक प्रयत्न में कितने अकों की सख्या का पुनरावर्तन कर सकते हैं।

५ ८ १ ७

४ ७ ३ ८ ५

७ ६ १ ३ २ ८

३ २ ५ ८ ७ ४ ६

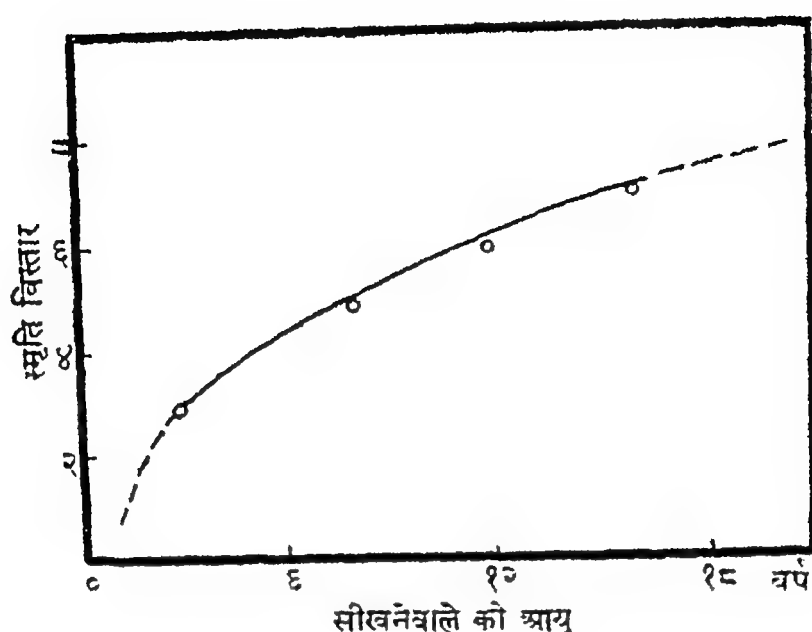
१ ६ ७ ६ २ ४ ३ ५

५ ७ ८ ३ ६ १ ६ २ ४

६ ७ ३ ८ ४ ३ ५ १ २ ७

हो सकता है कि आपसे और आपके परिचितों से पहली परीक्षा में भूल हो जाय इसलिए इसी प्रकार विभिन्न अकों की अन्य सख्याएँ बना लीजिए और चार-पाँच बार परीक्षा करके उन सबका औसत निकाल लीजिए। उस औसत से आप सबके पुनरावर्तन करने के विस्तार (span) का पता लगा सकेंगे। पुनरावर्तन के विस्तार को प्रचलित भाषा में स्मृति-विस्तार (memory-span) कहा जाता है। बहुत से छात्रों का अकों की स्मृति विस्तार सात तक होता है। वे ६ अकों की माला का ८० प्रतिशत समय तक और ५ अकों की माला का ६५ प्रतिशत समय तक पुनरावर्तन कर सकते हैं।

स्मृति-विस्तार पर आयु का प्रभाव—प्रयोगों से यह पता चला है कि चार-पाँच साल के बच्चों में प्रायः चार अकों तक की सख्याओं का पुनरावर्तन कर सकने की क्षमता होती है और वह क्षमता उनकी आयु के अनुसार बढ़ती जाती है और फिर स्थायी बन जाती है। स्मृति-विस्तार और आयु के सामान्य सम्बन्ध को चित्र ६७ में दिखाया गया है।



चित्र ६७

पुनरावर्तन में सहायक बातें—यद्यपि पुनरावर्तन सीखी गई उत्तेजना को धारण करने का सकेत करता है किन्तु पुनरावर्तन धारण किये जाने की निश्चित परीक्षा नहीं है। हो सकता है कि कोई व्यक्ति किसी सीखी हुई उत्तेजना का पुनरावर्तन न कर सके किन्तु इससे यह साबित नहीं होता कि वह व्यक्ति सीखी उत्तेजना को धारण नहीं कर सका है। यह ठीक है कि पुनरावर्तन उत्तेजना की अनुपस्थिति में ही किया जाता है किन्तु पुनरावर्तन कर सकने के लिये किसी अन्य उत्तेजना के सकेत की आवश्यकता होती है। अन्य उत्तेजनाओं का सकेत मिलने पर पहले से बने साहचर्य (associations) जाग्रत हो जाते हैं जिससे पुनरावर्तन करने में बड़ी सहायता मिलती है।

साहचर्य—किसी अनुभव और विचार के बीच या दो विचारों के बीच के उस सम्बन्ध को साहचर्य (association) कहते हैं जिसकी सहायता से एक के चेतनता में आने से दूसरा भी स्वतः आ जान की प्रवृत्ति रखता है। साहचर्य निर्माण के तीन नियम हैं समीपता, सदृशता और विरोध।

समीपता का नियम (Law of Contiguity)—दो उत्तेजनाओं का ज्ञान साथ-साथ होते रहने से किसी एक के अनुभव में दूसरे की सहचारिता का सम्बन्ध बन जाता है। अगर हम दो आदमियों को सदा एक साथ देखते रहे तो उनमें से किसी एक को देखने से ही हम दूसरे का पुनरावर्तन कर लेंगे। इसी प्रकार दावात को देखकर कलम का या पके आमों को देखकर उनकी गन्ध और मीठे स्वाद का पुनरावर्तन जरूर होगा।

सदृशता का नियम (Law of Similarity)—यदि दो उत्तेजनाओं में काफी सादृश्य हो तो एक के देखने से दूसरी का पुनरावर्तन हो जाता है। चाँद को देखकर किसी चन्द्रमुखी का, बुझते दिव्यो को देखकर जीवन के अन्त का पुनरावर्तन हो जाता है। इसका कारण सादृश्य रखने वाली उत्तेजनाओं का पहले साथ-साथ अनुभव होना नहीं है किन्तु उनका सादृश्य-मात्र ही है। जो व्यक्ति जितना अधिक कल्पनाशील और तेज नजर वाला होता है वह अपने मन में उतनी ही जल्दी किसी उत्तेजना को देखने पर उससे सादृश्य रखनेवाली अन्य उत्तेजनाओं का चित्र बना लेता है।

विरोध का नियम (Law of Contrast)—सादृश्य की भाँति विरोध भी पुनरावर्तन में सहायक बनता है। दुर्दिन के समय सुदिन भी याद आने लगते हैं, देवताओं की चर्चा दैत्यो की याद दिला देती है। कुछ मनोविज्ञानी विरोध को कोई स्वतन्त्र नियम नहीं मानते। विरोध का ज्ञान सदृशता के ज्ञान से होता है। कोयल और कौवे में विरोध का ज्ञान इसलिये होता है कि उनमें अनेक बातों की सदृशता होती है। कोयल से कौवे की ही याद आती है, शेर की नहीं। लेकिन क्यों? क्योंकि कोयल का ज्ञान पक्षियों के ज्ञान की अपेक्षा रखता है और कौवा भी पक्षियों के सदृश होता है और उन्हीं की जाति में आता है। यद्यपि कोयल और कौवे में बोली का विरोध होता है, एक की आवाज सुरीली होती है और दूसरे की कर्कश, लेकिन उन दोनों के विरोध के पीछे उनका जातिगत सादृश्य होता है। इसी प्रकार गर्मीं सर्दी की याद दिलाती है क्योंकि दोनों तापमान के ही रूप होते हैं, पुण्य से पाप की याद आती है क्योंकि दोनों चरित्र के रूप होते हैं, लेकिन गर्मीं पाप की याद नहीं दिलाती और न पुण्य सर्दी की क्योंकि उनके विरोध के पीछे उनका जातिगत सादृश्य नहीं होता।

हैमिल्टन ने समीपता और सदृशता के नियमों को पूर्णजागृति के नियम (law of reintegration) में मिला दिया है। पूर्णजागृति के नियम के अनुसार चेतनता में इकट्ठे होने वाले सब अनुभवों से जो मानसिक अवस्था बनती है वह समुच्चय रूप में होती है जिससे अगर अनुभव का कोई खंड चेतनता में आता है तो वह मानसिक अवस्था के समुच्चय रूप की पूर्णजागृति कर देता है।

ड्रेवर आदि अन्य मनोविज्ञानी सदृशता के नियम को प्रबन्धात्मक सम्बन्धों के नियम (law of systematic relations) की एक विशेष क्रियात्मक दिशा ही कहते हैं। 'हमारे अनुभव रुचि की अविच्छिन्नता तथा रुचि

से निर्धारित अवधान की प्रक्रिया की एकता के आधार पर इकाइयों और समष्टियों का निर्माण करते हैं परिणाम यह होता है । कि समष्टियों और उनके सघटकों के बीच, सघटकों में ही एक दूसरे के बीच और सघटकों तथा सब इकाइयों के बीच साहचर्य सम्बन्ध बन जाते हैं ।”

पुनरावर्तन करने के बहुत से सकेत आन्तरिक भी होते हैं । आरौरिक कष्ट में जीवन की दुखद घटनाओं या किमी की सेवाओं की याद आना पुनरावर्तन के आन्तरिक सकेत हैं । कभी-कभी एक अनुभव के प्रसंग में अनक अनुभवों का अपने आप पुनरावर्तन होने लग जाता है । जब हम किसी घनिष्ठ मित्र को अपनी रामकहानी सुनाने लगते हैं तो प्रसंगवश ऐसी-ऐसी बातों का पुनरावर्तन होने लग जाता है जो शायद चेष्टा करने पर भी नहीं हो पाता । ऐसा स्वतन्त्र सहचार के कारण होता है जिसमें एक विचार दूसरे को निर्वाध रूप से सुझाता चलता है ।

पुनरावर्तन को प्रभावित करने वाली बातें—जिन अनुभवों के साथ हमारा संचारी-भावात्मक सम्बन्ध जुड़ जाता है उनका पुनरावर्तन बड़ी आसानी से किया जा सकता है । सुखद अनुभव दुखद अनुभवों की अपेक्षा ज्यादा समय तक याद रहते हैं । अगर याद रखने का विषय सामाजिक दृष्टि से विवाद-ग्रस्त हो तो याद रखने पर व्यक्ति की उस विषय के प्रति मनोवृत्ति का बहुत प्रभाव पड़ता है । जो अनुभव हमारी मनोवृत्ति के अनुकूल होते हैं वे जल्दी और अच्छी तरह याद हो जाते हैं ।

त्साईगार्निक प्रभाव—प्रयोगों द्वारा यह पता चला है कि अधूरे छोड़ दिए गए कामों का पुनरावर्तन पूरे कर लिए गए कामों की अपेक्षा अधिक होता है । इस तथ्य का पता त्साईगार्निक (Zeigarnik) नामक मनो-विज्ञानी ने अपने प्रयोगों द्वारा लगाया था और इसीलिए इस व्यापार को त्साईगार्निक प्रभाव कहा जाता है । अपने प्रयोग में त्साईगार्निक ने विषयों को मामूली काम करने को दिए, जैसे कठस्थ मुहावरों को लिखना और मन ही मन में पहेलियों या गणित की मामूली समस्याओं को हल करना । ये काम इतने आसान थे कि पर्याप्त समय मिलने पर आसानी से किए जा सकते थे । कुछ कामों में पूरा होने के पहले ही बाधा डाल दी जाती थी और कुछ काम पूरे कर लेने दिए जाते थे । अधूरे कामों की अपेक्षा पूरे किए गए काम में ज्यादा समय लगने पर भी परीक्षण के कुछ घंटे बाद विषय अधूरे छोड़े कामों का पूरा किए गए कामों की अपेक्षा अधिक पुनरावर्तन कर सके । किन्तु अधूरे कामों का पुनरावर्तन करने की योग्यता चौबीस घंटे बाद नष्ट हो गई । इससे पता चला कि वह योग्यता क्षणिक उद्देग्यों से प्रेरित परिणाम ही थी ।

आपने स्वयं अनुभव किया होगा कि कभी-कभी कोई जटिल समस्या हल करते-करते आप आराम से लेट जाते हैं और उसे दूसरे दिन हल करने के लिए छोड़ देते हैं। किन्तु फिर भी वह समस्या आपकी चेतनता में जब तब आती रहती है और कभी-कभी सोने भी नहीं देती। त्साईगार्निक प्रभाव इस बात का सूचक है कि जो काम शुरू किया जाता है उसे लक्ष्य प्राप्त न होने तक करते ही रहने की प्रवृत्ति बनी रहती है। लक्ष्य-प्राप्ति के बाद प्रेरक-जन्य तनाव कम हो जाता है और तब हम उस काम को आसानी से भूल सकते हैं।

आधुनिक प्रयोगों से यह पता चला है कि त्साईगार्निक प्रभाव उन्हीं बातों के याद करने पर लागू होता है जिन्हें याद करने में उलझन न पड़ती हो। एक प्रयोग में दो वर्गों को कई पहेलियाँ हल करने को दी गईं। दोनों वर्गों के हर विषय को कुछ पहेलियाँ पूरी हल कर लेने दी गईं और कुछ को अधूरा ही छोड़वा दिया गया। उलझन हटाने के लिए एक वर्ग से यह कहा गया कि पहेलियाँ भविष्य में प्रयोग करने के लिए बनाई गई हैं और प्रयोगकर्ता केवल यह जानना चाहता है कि वे काम दे सकेंगी या नहीं। दूसरे वर्ग को उलझन में डालने के लिये यह कहा गया कि पहेलियाँ हल करने के माध्यम से बुद्धि की परीक्षा ली जा रही है और यदि कोई पहेली निश्चित समय में हल न कर ली जायगी तो विषय परीक्षा में अनुत्तीर्ण हो जायगा। इस प्रकार दूसरे वर्ग के विषयों के स्वाभिमान को चुनौती देकर उनके लिए प्रयोग में उलझन पैदा कर दी गई।

बाद में सबकी स्मृति-परीक्षा ली गई और यह देखा गया कि उलझन-रहित स्थिति में काम करने वाले वर्ग पर त्साईगार्निक प्रभाव पड़ा। किन्तु उलझन में काम करने वाले वर्ग पर त्साईगार्निक प्रभाव का विपरीत परिणाम देखने में आया क्योंकि इस वर्ग ने पूरे किए हुए कामों का अधूरे छोड़े गए कामों की अपेक्षा ज्यादा पुनरावर्तन किया। उलझन में काम करने के इस प्रयोग से बहुत से वैयक्तिक भेदों पर प्रकाश पड़ा। कुछ विषयों ने अपने वर्ग की सामान्य प्रवृत्ति की विरोधी दिशा में चुनी बातों का पुनरावर्तन करने का प्रदर्शन किया। उलझनपूर्ण स्थिति में पूरे किए गए और अधूरे छोड़े कामों से व्यक्ति कितना पुनरावर्तन अधिक कर सकेगा यह उसके गत्यात्मक पक्ष पर निर्भर होता है।

पुनरावर्तन में बाधाएँ—कुछ उत्तेजनाओं का प्रभाव पुनरावर्तन करने में बाधक बनता है। डर के कारण बहुत-सी बातों का समय पर पुनरावर्तन नहीं हो पाता। कुछ विद्यार्थी अध्यापक के प्रश्न पूछने पर इतना डर-सा जाते हैं कि वे प्रश्न का उत्तर जानते हुए भी उसे नहीं दे पाते। कुछ लोग सभाओं में

बोलते समय इतना घबरा जाते हैं कि वे जो कुछ कहना चाहते हैं उसका ठीक से पुनरावर्तन नहीं कर पाते । चिन्तित होने पर भी पुनरावर्तन में बाधा पड़ती है ।

जब एक ही प्रकार की दो वस्तुएँ ध्यान में एक साथ आ जाती हैं तो पुनरावर्तन में बाधा पड़ती है । यदि हम किसी से कुछ कहने जा रहे हों और उसी क्षण कोई दूसरी बात ध्यान में आ जाय तो हम पहली बात का पुनरावर्तन नहीं कर पाते । आपने अनेक बार अनुभव किया होगा कि कभी-कभी कोई बात जुबान पर आकर ही रह जाती है ।

पुनरावर्तन के कुछ विशेष उपाय—हम बचपन की बहुत-सी घटनाओं का पुनरावर्तन नहीं कर सकते । प्रयोगों द्वारा यह पाया गया है कि अधिक-से-अधिक साढ़े तीन वर्ष की आयु तक की घटनाओं का पुनरावर्तन किया जा सकता है । किन्तु कुछ ऐसे विशेष उपाय भी हैं जिनके द्वारा और भी पहले की घटनाओं का पुनरावर्तन कराया जा सकता है । पुनरावर्तन के विशेष उपायों में सम्मोहन (hypnosis) मुख्य है ।

सम्मोहन (Hypnosis)—सम्मोहन कृत्रिम रूप से लाई गई नींद के समान अवस्था होती है जिसमें घटनाओं का अविश्वसनीय पुनरावर्तन कराया जा सकता है । सम्मोहन पर आगे किसी अध्याय में विस्तृत प्रकाश डाला जायगा । यहाँ पर इतना ही बता देना पर्याप्त होगा कि सम्मोहित अवस्था में व्यक्ति से जिस आयु-स्तर की बातों का पुनरावर्तन कराया जाता है वह उन्हे ज्यों का त्यों कर देता है । यहाँ तक कि उससे बचपन में लिखने-पढ़ने में जो जो गलतियाँ होती थी सम्मोहन द्वारा पुनरावर्तन में वे भी प्रकट हो जाती हैं । सम्मोहन द्वारा पुनरावर्तन कराने का उद्देश्य व्यक्ति के दूषित विकास के कारणों का पता लगाना होता है । मनोविश्लेषण और मनोचिकित्सा में सम्मोहन का बड़ा महत्व है ।

पहचानना

पुनरावर्तन करने की अपेक्षा पहचानना आसान होता है क्योंकि पुनरावर्तन में उत्तेजना नहीं होती किन्तु पहचानने में होती है । पहचानने के लिए उत्तेजना का पूर्व अनुभव होना आवश्यक है । जिस उत्तेजना का अनुभव कभी नहीं हुआ है उसको पहचानना भी नहीं जा सकता ।

पहचानने का सम्बन्ध धारण करने से उतना नहीं है जितना सज्ञा करने से है । पहचानने और सज्ञा करने में केवल यही एक अन्तर है कि पहचानने में उत्तेजना से 'परिचित होने' का भाव रहता है जो सज्ञा करने में नहीं रहता ।

पहचानने में गलतियाँ भी होती हैं और वे दो प्रकार की होती हैं • परिचित उत्तेजना को न पहचान सकना और नई या अपरिचित उत्तेजना को पहचानने में गलती करना । परिचित उत्तेजना को परिवर्तित रूप या परिवर्तित परिस्थितियों में पहचानने में गलती हो जाती है क्योंकि उसे उस रूप या उन परिस्थितियों में देखने के लिए हमारा विन्यास नहीं होता ।

दूसरी ओर जब हमारा विन्यास परिचित उत्तेजना को पहचानने का होता है तो हम परिचित उत्तेजना से सादृश्य रखने वाली नई उत्तेजनाओं को परिचित समझ लेते हैं । सादृश्य जितना अधिक होता है पहचान करने की गलती भी उसी अनुपात से होती है, चाहे हमारा विन्यास उससे लिये न भी हो ।

भूलना

प्राणी के जीवन में भूलने का भी उतना ही महत्व होता है जितना याद करने का । यदि प्राणी निरर्थक बातों को न भूले तो उसको अपनी आवश्यकताओं और उद्देश्यों से सम्बन्धित सार्थक बातें याद रख सकने में भी बाधा पड़ती रहे । धारण करने में असफल रहना ही भूलना है । याद की हुई बातों का भूलते रहना दैनिक अनुभव से स्पष्ट है । किन्तु यह कह सकना कठिन है कि धारण की हुई बातों के भूलने की गति क्या रहती है ? वह शुरू शुरू में ज्यादा होती है या बाद में या स्थायी रहती है ।

इन प्रश्नों का उत्तर देने के लिए एबिंगहाउस ने अनेक प्रयोग किए । उसने निरर्थक शब्दों की कुछ तालिकाओं को अच्छी तरह याद करने के बाद कुछ समय का अन्तर देकर उन्हें फिर याद किया । अगर पहली बार तालिकाओं को याद करने में २० प्रयत्न करने पड़े थे और दो दिन बाद फिर याद करने पर १४ तो भूलना ६ प्रयत्नों के बराबर या ७० प्रतिशत हुआ । इस प्रकार एबिंगहाउस ने पहले २४ घंटों में भूलने की गति तेज पाई । निरर्थक शब्दों को भूलने की गति २० मिनट में लगभग ४२ प्रतिशत, २४ घंटों में ६६ प्रतिशत और तीन दिन बाद ७६ प्रतिशत रही । यह ठीक है कि इस प्रयोग के निष्कर्ष को सब लोगों पर लागू नहीं किया जा सकता किन्तु सामान्यतः यह देखा गया है कि भूलना शुरू शुरू में ज्यादा होता है और बाद में कम होता चला जाता है ।

चूँकि धारण करना मनस् पर निर्भर होता है इसलिए मनस् को क्षति पहुँचने पर प्राणी अपनी धारण-क्षमता को खोकर सब कुछ भूल जाता है । मादक पदार्थों का ज्यादा सेवन करते रहने से मनस् के कोषों पर प्रभाव पड़ता रहता है जिससे धारण-क्षमता घटती है ।

एविगहाउस ने अपने प्रयोग में यह देखा कि वह निरर्थक शब्दों को २४ घंटे बाद उतना नहीं भूला था जितना ८ घंटों में। उसने इसका कारण नींद में माना। जाग्रतावस्था के आठ घंटों में जितना ज्यादा भूला गया उतना २४ घंटों में इसलिए नहीं भूला गया कि उनमें से कुछ घंटे सो भी लिया गया था। इसके बाद उसने भूलने पर नींद का प्रभाव जानने के लिए अनेक प्रयोग किए। उन प्रयोगों से यह पता चला कि प्राणी जाग्रतावस्था की अपेक्षा नींद में कम भूलता है।

जाग्रतावस्था में ज्यादा भूलने का कारण नई नई बातों को सीखते रहना है जो पुरानी बातों को भूल जाने में सहायक बनती है। नई बात का पुरानी बात से जितना अधिक सादृश्य होगा नई के सामने पुरानी बात का भूल जाना भी उतना ही ज्यादा होगा।

अस्थायी रूप से भूलने के पीछे कुछ विशेषताएँ होती हैं जो भूलने के कारणों का विश्लेषण करने से कभी कभी पता चल जाती है। अस्थायी भूलने के साथ कभी कभी गलत पुनरावर्तन भी हो जाता है। भूली बातों को याद करने की चेष्टा करते समय हमारी चेतनता में कुछ स्थानापन्न बातें आ जाती हैं। हम जानते हैं कि वे गलत हैं किन्तु वे फिर भी चेतनता में अड़ी-सी रहती हैं। चेतनता में स्थानापन्न बातों के आने का कारण भूली हुई बात के पुनरावर्तन करने के व्यापार का विस्थापन (displacement) होता है। यह विस्थापन यो ही न होकर कुछ नियमों के अनुसार होता है। स्थानापन्न बात का भूली हुई बात से कोई न कोई उद्देश्यमूलक सम्बन्ध अवश्य होता है।

भूलने के पीछे कोई न कोई शमन किया गया (repressed) उद्देश्य अवश्य रहता है और अक्सर वह उद्देश्य संचारीभावात्मक (emotional) होता है। अपनी बहन के एक अच्छे मकान में चले जाने पर एक स्त्री ने उसे बघाई का पत्र लिखा लेकिन पत्र के ऊपर पता गलत लिखा। जब उसकी सहेली ने बताया कि वह पता गलत ही नहीं वरन् पुराने मकान का लिख गई है तो उस स्त्री को बड़ा आश्चर्य हुआ। किन्तु पुराने पते को लिखने में उसका एक उद्देश्य था। उसे अपनी बहन के अच्छे मकान में जाने पर ईर्ष्या हो रही थी क्योंकि वह स्वयं एक मामूली मकान में रहती थी और वह अचेतन रूप से अपनी बहन को पहले वाले मकान में ही देखना चाहती थी इसीलिए वह पुराना पता लिख गई। बाद में उस स्त्री ने अपनी ईर्ष्या को स्वयं स्वीकार किया। इसी प्रकार बोलने, लिखने या गलत तरह से कोई काम कर डालने के पीछे कोई न कोई उद्देश्य अवश्य रहता है।

प्रतीपकारी अवरोध (Retro-active inhibition)—किसी चीज को याद कर लेने के तत्काल बाद होने वाली नई मानसिक क्रिया उस चीज को भुला देने में सहायक बनती है। पुरानी याद की गई बातों पर नई मानसिक क्रिया के पड़ने वाले प्रभाव को प्रतीपकारी अवरोध (retro-active inhibition) कहा जाता है क्योंकि उससे पहले की याद की गई बातों का पुनरावर्तन करते समय अवरोध होता है। यह अवरोध नई क्रिया द्वारा पुरानी याद की गई बात में बाधा डालने से होता है। नई और पुरानी बातों में जितनी समानता होती है उनके पुनरावर्तन में उतना ही अवरोध होता है और दोनों पर नए और पुराने साहचर्यों के संघर्ष का थोड़ा-बहुत प्रभाव अवश्य पड़ता है। अगर पुरानी बातें सुखद हो और उनकी दृढ़ स्थापना हो चुकी हो तो नई मानसिक क्रिया का प्रतीपकारी अवरोध उन पर बहुत कम पड़ता है।

एक प्रयोग में दो समतुल्य वर्गों को निरर्थक शब्दों की एक ही तालिका 'अ' याद करने को दी गई। प्रयोगात्मक वर्ग को 'अ' तालिका याद कर लेने के बाद एक 'ब' तालिका भी याद कराई गई जबकि नियंत्रित वर्ग को मनोरंजन में लगाए रखा गया जिससे वह 'अ' तालिका को और न याद कर सके। जब प्रयोगात्मक वर्ग ने 'ब' तालिका याद कर ली तो दोनों वर्गों से 'अ' तालिका का पुनरावर्तन करने को कहा गया। नियंत्रित वर्ग का पुनरावर्तन प्रयोगात्मक वर्ग की अपेक्षा ज्यादा अच्छा रहा। इससे यही परिणाम निकलता है कि 'ब' तालिका याद करने से 'अ' तालिका में प्रतीपकारी अवरोध हुआ।

धारण-क्षमता को उन्नत किया जा सकता है?—बहुत से लोगों की याद करने की शक्ति कमजोर होती है और वे उसे बढ़ाना चाहते हैं। धारण-क्षमता मानसिक-स्तर की एक क्रियात्मक कुशलता है और उसे दवाओं और किसी जादू-मंत्र से उन्नत नहीं किया जा सकता। धारण-क्षमता कमजोर होती नहीं, उसे कमजोर बना लिया जाता है—अपनी उपेक्षा और लापरवाही से।

धारण-क्षमता चूँकि व्यक्ति की अपनी लापरवाही से कमजोर बनती है इसलिये यदि व्यक्ति सीखने में लापरवाही न करे तो उसकी धारण-क्षमता अवश्य अच्छी बनेगी। जो बात सीखना हो उसमें रुचि लेना चाहिये। रुचि लेने से ध्यान लगता है जिससे सीखने में कसर नहीं रह पाती।

ऊपर यह देखा जा चुका है कि निरुद्देश्य होकर सीखना या रट लेना याद नहीं रहता इसलिए अच्छी तरह याद रखने के लिए रटना नहीं चाहिए वरन् जिस बात को याद रखना है उसका अन्य उत्तेजनाओं से सम्बन्ध स्थापित कर

लेना चाहिए जिससे उसका पुनरावर्तन करने में कठिनाई न हो या कोई बाधा न पड़े ।

अच्छी धारण-क्षमता के लिए परिवेश से अपना ममुचित संचारीभावात्मक सतुलन बनाना चाहिए । उचित संचारीभावात्मक सतुलन के अभाव में धारण-क्षमता को दृढ़ बनाने के सारे सुप्रयत्न असफल हो सकते हैं ।

स्मृति-सम्बन्धी विकार

स्मृति या याद रखना अन्य ज्ञानात्मक क्रियाओं जैसे अवधान, सज्ञा करने, कल्पना आदि से अलग कार्य करने वाली कोई शक्ति नहीं होती । याद करना अच्छी तरह सज्ञा करने पर निर्भर होता है । सज्ञा करने के लिए अवधान और ध्यान बँटाने वाली उत्तेजनाओं के अवरोध की जरूरत पड़ती है । अवधान के लिए सायास चेष्टा करनी पड़ती है जिसके लिए उद्देश्य, रुचि और जीवन के अन्य गत्यात्मक पक्षों की अपेक्षा होती है । इस प्रकार स्मृति का अध्ययन अन्य मानसिक क्रियाओं से अलग नहीं किया जा सकता और स्मृति के विकारों को सीखने के विकार समझा जा सकता है । केवल वर्णन करने और समझने की सुविधा के लिए याद करने की क्रिया का अध्ययन अन्य मानसिक क्रियाओं की भाँति अलग किया जाता है ।

याद रखने का भाषा के प्रतीकों से घनिष्ठ सम्बन्ध होता है क्योंकि हम भाषा की सहायता से ही याद करते हैं । जैसा कि पहले देखा जा चुका है याद करने में चार बातें होती हैं सीखी हुई बात का स्थायीकरण (fixation), सीखने से पड़े सस्कारों (impressions) की देर जिसे धारण करना कहा जाता है, पुनरावर्तन और पहचानना । उचित रूप से सतुलित प्रतिक्रियाएँ कर सकने में याद रखने का बड़ा महत्व है । स्मृति विकारों से सतुलित प्रतिक्रियाएँ कर सकने में बाधा पड़ती है ।

स्मृति के बहुत से विकार उत्तेजनाओं का अच्छी तरह से स्थायीकरण (fixation) न हो सकने के कारण होते हैं । मन पर अस्पष्ट और क्षीण उत्तेजनाओं के सस्कार (impressions) नहीं के बराबर पड़ते हैं इसलिए क्षीण उत्तेजनाएँ बड़ी कठिनाई से ही याद रह पाती हैं । उत्तेजनाओं के अस्पष्ट और क्षीण सस्कार पड़ने का कारण थकान, उद्दीपन या संचारी-भावात्मक आवेश में होता है जिससे मन में उत्तेजनाओं का ठीक से स्थायीकरण नहीं हो पाता । स्मृति के जो विकार संचारीभावात्मक सघर्ष, मानसिक अगो की क्षति, खून में टॉक्सिनो (toxins) की उत्पत्ति, तेज बुखार, छूत और कोर्टेक्सीय रक्त-प्रवाह के दोष के कारण होते हैं उन्हें ऐम्नीसिया (amnesia) कहा जाता है ।

व्यापक और सीमित ऐम्नीसिया—आकस्मिक दुर्घटनाओं आदि के कारण व्यक्ति कभी कभी अपने अतीत के काफी बड़े भाग को भूल जाता है। ऐसे उदाहरण भी मिलते हैं जिनमें तेज बुखार के कारण लोग सीखी हुई भाषा तक भूल जाते हैं। कुछ केसों में व्यक्ति दुर्घटना होने के पहले की बातें भूल जाता है। ऐम्नीसिया के ऐसे प्रकार को प्रतीपकारी (retroactive) ऐम्नीसिया कहा जाता है क्योंकि उसका दुर्घटना होने के पहले की बातों पर प्रतीपकारी प्रभाव पड़ता है। ऐम्नीसिया मानसिक विघटन (mental dissociation) के कारण भी हो सकती है। संचारीभावात्मक उद्दीपन में याद रखने का जो क्षणिक विघटन हो जाता है वह कभी कभी अप्रकृत (abnormal) भी बन सकता है जिससे व्यक्ति या तो अपने पूरे अतीत का पुनरावर्तन कर सकने में या किसी घटना-विशेष का पुनरावर्तन कर सकने में सज्ञाशून्य हो जाता है। पूरे अतीत के प्रति सज्ञाशून्य हो जाने को व्यापक (diffused) ऐम्नीसिया और किसी घटना-विशेष के प्रति ही सज्ञाशून्य होने को सीमित (restricted) ऐम्नीसिया कहा जाता है। व्यापक और सीमित ऐम्नीसिया में अर्जित स्मृति नष्ट नहीं होते किन्तु विघटन के कारण उनका केन्द्रीय विचार-प्रवाह से विच्छेद-मात्र हो जाता है। सम्मोहन (hypnosis), पेन्टोथल (pentothal) के देने आदि विशेष उपायों से ऐम्नीसिया का उपचार किया जा सकता है। ऐम्नीसिया हिस्टीरिक लकवे (hysteric paralysis) के समरूप भी होती है जिसमें रोगी अपने हाथ, पैर आदि शारीरिक अंगों से काम लेना भूल जाता है यद्यपि उनसे काम ले सकने की सम्भावना मौजूद रहती है। ऐसे केसों पर हिस्टीरिया के प्रसंग में विचार किया जायगा।

पैरेम्नीसिया (paramnesia)—स्मृति के निर्दोष होने पर किसी उत्तेजना को पहचानने में उससे परिचित होने का भाव रहता है। यह परिचित होने का भाव ही पहचानने की सबसे बड़ी विशेषता होती है। स्मृति के एक विकार को पैरेम्नीसिया कहा जाता है जिसमें पहचानते समय उत्तेजना से परिचित होने का भाव रह भी सकता है और नहीं भी। पैरेम्नीसिया के चार रूप हो सकते हैं (१) बिना पहचाने ही पुनरावर्तन, (२) पुनरावर्तन के बिना ही पहचानना, (३) अचेतन अनुमान से होने वाली पैरेम्नीसिया और (४) प्रतीपकारी (retroactive) पैरेम्नीसिया।

कभी कभी हमें अनेक बार खादे-हुआ स्थान भी अपरिचित-सा लगता है और कभी कभी नितान्त अपरिचित स्थान पहले देखा हुआ सा लगता है। उपर्युक्त दोनों प्रकारों की ऐम्नीसिया थकान या संचारीभावात्मक उद्दीपन या

थकान के साथ साथ संचारीभावात्मक उद्दीपन के कारण होती है। थकान या संचारीभावात्मक उद्दीपन की हालत में परिचित उत्तेजनाएँ पहचानने के व्यापार को पूरी तरह से जाग्रत नहीं कर पाती जिससे पुनरावर्तन तो होता है किन्तु पहचानना नहीं हो पाता। दूसरे ओर पहचानने का व्यापार पूरी तरह से जाग्रत हो या न हो किन्तु परिचित होने की कुछ बुझली-सी भावना जाग्रत हो सकती है जिससे अपरिचित स्थान भी "कुछ परिचित-सा" लग सकता है किन्तु उसका पुनरावर्तन नहीं हो पाता। परिचित उत्तेजनाओं को न पहचान सकता हिस्टीरिया के कारण भी हो सकता है जिसे हिस्टीरिया के प्रसंग में देखा जायगा।

'अचेतन अनुमान' के कारण होने वाली पैरेम्नीसिया दैनिक जीवन की गलतफहमियों से सम्बन्धित होती है इसलिए उसका व्यावहारिक महत्व होता है। कचहरी आदि में देखी हुई घटनाओं के अतिरिक्त गवाही में बहुत सी बातें अनुमान से भी कही जाती हैं। पुनरावृत्ति से अनुमानित बातें भी चेतनता में पहले से ही मौजूद रहने वाली मालूम पड़ने लगती हैं। चेतनता अनुमानित बातों की में पहले से ही रहने की गौण पहचान और वास्तविक रूप से घटित होने वाली बातों की पहचान में भेद नहीं हो पाता। अप्रकृत व्यवहार के अध्ययन में 'अचेतन अनुमान' से होने वाले स्मृति विकार के प्रति बड़ा सावधान रहना चाहिये। ऐसे स्मृति-विकार के निवारण के लिए रोगियों के वर्णनों की भलीभाँति परीक्षा कर लेनी चाहिए, नहीं तो उनके उपचार में अडचन पड़ सकती है।

प्रतीपकारी (retroactive) पैरेम्नीसिया में व्यक्ति के अतीत जीवन की घटनाओं की याद का रूप दूसरों के कहने-सुनने से बदल जाता है। माँ-बाप अक्सर अपने बच्चों के बचपन की कुछ विशेष घटनाओं का अतिरिक्त वर्णन करते हैं जिससे बच्चा बड़ा होकर उन घटनाओं का यथार्थ रूप में पुनरावर्तन न कर पाते हुए भी उन्हें सच मान लेता है। इस प्रकार वह काल्पनिक बातों को भी अपने अतीत जीवन का अंग समझने लग जाता है और उनके प्रतीपकारी प्रभाव के कारण कल्पना और वास्तविकता में भेद नहीं कर पाता।

हाइपरनीसिया (Hypermnnesia)—कभी-कभी कुछ परिस्थितियाँ अतिरिक्त रूप से पुनरावर्तन करा सकने में सहायक बनती हैं। अतिरिक्त पुनरावर्तन को हाइपरनीसिया कहा जाता है जिसके कारण सस्कार, पुनरावर्तन और पहचानना बड़े ही असाधारण ढंग से आसान बन जाते हैं। स्वप्न हाइपरनीसिया के अच्छे उदाहरण होते हैं क्योंकि उनके द्वारा बिना किसी प्रयत्न

के ही बचपन और अतीत जीवन की घटनाओं का पुनरावर्तन हो जाता है। कुछ मादक पदार्थ भी हाइपरनीसिया की दशा उत्पन्न करने में सहायक होते हैं। नशे में आदमी बिना चेष्टा के अनेक घटनाओं का स्पष्ट पुनरावर्तन कर जाता है। कभी-कभी हाइपरनीसिया का प्रभाव प्रतीपकारी भी होता है। आकस्मिक दुर्घटना जैसे भूकम्प या मृत्यु के समय जीवन का सारा अतीत आँखों के सामने स्पष्ट रूप से आने लगता है। इस प्रतीपकारी (retro-active) प्रभाव का कारण संचारीभावात्मक उद्दीपन को माना जा सकता है क्योंकि भूकम्प या मृत्यु के डर से संचारीभावात्मक उद्दीपन होना स्वाभाविक होता है।

प्रतीकात्मक क्रियाएँ

अब तक उत्तेजनाओं के रहने पर जो विभिन्न मानसिक क्रियाएँ होती हैं उनका अध्ययन किया गया है। किन्तु कुछ मानसिक क्रियाएँ उत्तेजनाओं के न रहने पर भी होती हैं। कल्पना करना, सोचना, तर्क करना आदि ऐसी ही मानसिक क्रियाएँ हैं। मानसिक क्रियाएँ उत्तेजना की अनुपस्थिति में कैसे सम्भव होती हैं ?

उत्तेजना की अनुपस्थिति में हमारे मन में उस उत्तेजना का कोई प्रतीक (symbol) रहता है। प्रतीक किसी उत्तेजना का स्थानापन्न सूचक होता है। उत्तेजना के प्रतीक के प्रति वही प्रतिक्रिया की जाती है जहाँ वास्तविक उत्तेजना के प्रति। प्रतीकात्मक क्रिया उत्तेजना के अभाव में उस उत्तेजना के किसी प्रतीक के प्रति क्रिया कर सकने की मानसिक क्षमता को कहते हैं। पहले से उपस्थिति उत्तेजना के प्रति की गई क्रिया प्रतीक द्वारा न्यूनाधिक स्पष्ट रूप से जाग्रत होकर पुरानी उत्तेजना से अपना साहचर्य स्थापित कर लेती है। प्रतीकात्मक क्रिया के समय शरीर के प्रभावों की क्रिया में अवरोध हो जाता है जिससे चिंतन आदि प्रतीकात्मक क्रियाएँ करते समय शरीर निश्चल रहता है। प्रतीकात्मक क्रिया का स्थूल रूप पशुओं के व्यवहार में भी मिलता है।

पशु के सामने खाने के तीन एक-से डिब्बे रख दिए जाते हैं। जिस डिब्बे के ऊपर प्रकाश दिखाया जाता है खाना उसी डिब्बे में होता है। पशु में खाने के डिब्बे और प्रकाश का सम्बन्ध पहले से ही अच्छी तरह सापेक्षित कर दिया जाता है। इसके बाद पशु और खाने के डिब्बे के बीच कोई बाधा डाल दी जाती है जिससे पशु डिब्बे को देख तो सके लेकिन उसे उसके पास जाने की प्रतिक्रिया में विलम्ब लगे। फिर किसी डिब्बे पर प्रकाश दिखाकर हटा लिया जाता है और थोड़ी देर बाद पशु और डिब्बे के बीच की बाधा भी हटा दी जाती है। अब पशु खाने के उस डिब्बे के पास पहुँचने का प्रयत्न करता है जिस पर प्रकाश दिखाया गया था। यदि वह सही डिब्बे तक पहुँचने में लगातार सफल होता है तो इसका कारण क्या हो सकता है ? प्रकाश की उत्तेजना हटा ली जाती है इसलिए यह मानना पड़ता है कि सही डिब्बे तक पहुँचने के लिए पशु के अन्दर कोई-न-कोई संकेत अवश्य रहता है।

विलम्बित प्रतिक्रिया (delayed reaction) के इन प्रयोगों में यह देखा गया कि पशु को अधिक सफलता तब मिलती है जब वह उस डिब्बे की ओर अपना शारीरिक विन्यास कर लेता है जिस पर प्रकाश दिखाया जाता है। इस आधार पर यह कहा जा सकता है पशु की सही प्रतिक्रिया का कारण उसका मासपेशीय विन्यास होता है। प्रकाश की उत्तेजना हटाए जाने पर पशु खाने के डिब्बे तक पहुँचने के लिए अपने मासपेशीय विन्यास का पुनरावर्तन करता है। मासपेशीय विन्यास एक प्रकार का प्रतीक (symbol) है जिसकी सहायता से पशु खाने तक पहुँचने की सही प्रतिक्रिया करता है। एक अर्थ में पुनरावर्तन करना भी प्रतीकात्मक क्रिया ही है।

प्रतीकात्मक क्रिया का विकसित रूप मनुष्य के व्यवहार में मिलता है। बौद्धिक प्राणी होने से मनुष्य अपने व्यवहार में प्रतीको (symbols) का उपयोग प्रचुरता से करता है। अब प्रतीको के विभिन्न प्रकारों और उनका उपयोग कैसे किया जाता है इसका अध्ययन कर लेना चाहिए।

प्रतिमाएँ

प्रतीको के एक प्रकार को प्रतिमा (image) कहा जाता है। उत्तेजनाओं के अभाव में उनकी जो प्रतिमाएँ हमारे सामने आती हैं वे पूर्व अनुभव पर आधारित होती हैं। अनुभव प्रतिमाओं का पूर्ववर्ती होता है। जिन उत्तेजनाओं का कभी अनुभव नहीं होता मनस् में उनकी प्रतिमा भी नहीं बन सकती। प्रतिमाओं और अनुभव में यही भेद होता है कि प्रतिमाएँ अनुभव की भाँति वास्तविक, स्पष्ट और ध्रुव नहीं होती।

स्मृति-प्रतिमाएँ — सोने के समय जब आप अपने दिन भर के अनुभवों का पुनरावर्तन करते हैं तो आपके सामने अनुभव के विषय की प्रतिमाएँ (images) आने लगती हैं। इन प्रतिमाओं को स्मृति-प्रतिमाएँ कहा जाता है क्योंकि उनके सहारे बीती बातों का स्मरण किया जाता है। स्मृति-प्रतिमाओं का आश्रय किसी भी आह्वक में हो सकता है। आप जिन लोगों से मिले थे उनकी दृष्टि प्रतिमाएँ (visual images) सामने आती हैं, मर्म-स्पर्शी सगीत की श्रवण-प्रतिमा (auditory image) सामने आती है। इसी प्रकार फूलों की सुगन्ध, किसी के जीवन-दायी स्पर्श, इमरती के स्वाद, असहनीय पीड़ा आदि की प्रतिमाएँ भी सामने आ सकती हैं।

स्मृति-प्रतिमाएँ केवल पुनरुत्पादक (reproductive) होती हैं क्योंकि उनके द्वारा पूर्व अनुभव का पुनरावर्तन ही होता है। पुनरुत्पादक होने के अतिरिक्त प्रतिमाएँ सृजनात्मक (creative) भी होती हैं। सृजनात्मक प्रति-

मात्रों में पूर्व अनुभव नये रूप में व्यवस्थित होकर सामने आता है। ललित कलायें सृजनात्मक प्रतिमाओं का अच्छा उदाहरण हैं। ललित-कलाओं में कलाकार अपने पूर्व अनुभव के आधार पर बनाई गई प्रतिमाओं को नया रूप देकर कलासृष्टि करता है।

आइडेटिक प्रतिमाएँ—कभी-कभी आपने अनुभव किया होगा कि जब कोई बोल रहा होता है तो आप उसे ध्यान से नहीं सुनते किन्तु उसके बोलना बन्द कर देने पर आपको उसके शब्द साफ सुनाई पड़ते हैं। कभी-कभी कोई मनोहारी दृश्य देखने के बाद आप आँख बन्द कर लेने पर भी उसे कुछ देर तक स्पष्ट रूप से देखते रहते हैं। इस प्रकार की प्रतिमा को आइडेटिक-प्रतिमा (eidetic image) कहा जाता है। आइडेटिक प्रतिमा उत्तर-सवेदन (after-sensation) नहीं होती। उत्तर-सवेदन क्षणिक होता है किन्तु आइडेटिक प्रतिमा क्षणिक न होकर कुछ देर तक रहती है। आइडेटिक और स्मृति-प्रतिमा में भी भेद होता है। स्मृति-प्रतिमा पुनरावर्तन का परिणाम होती है किन्तु आइडेटिक (eidetic) प्रतिमा पुनरावर्तन-मात्र न होकर उत्तेजनाओं की सज्ञा करने की भाँति स्पष्ट और ध्रुव होती है।

आइडेटिक प्रतिमा बच्चों में ज्यादा पाई जाती है। बच्चे किसी उत्तेजना को देख लेने के बाद भी उस उत्तेजना का ऐसा वर्णन करते हैं मानो उसे 'देख' रहे हों। आइडेटिक प्रतिमा का रूप बच्चों की रुचि और रुझान के अनुसार बदल सकता है। बच्चों को किसी उत्तेजना की आइडेटिक प्रतिमा वास्तविकता से बड़ी या छोटी लग सकती है, उसका रंग तेज या फीका लग सकता है। बच्चा ज्यो-ज्यो बड़ा होता जाता है त्यो-त्यो उसमें आइडेटिक प्रतिमाओं की कमी होती जाती है।

मतिभ्रम—कुछ प्रतिमाएँ ऐसी होती हैं जिनमें उत्तेजना की वास्तविकता का भ्रम हो जाता है। व्यक्ति यदि अपने में ही खोया रहे तो बाह्य जगत से उसका सम्पर्क कुछ देर के लिये टूट जाता है और उसे तत्कालीन मानसिक स्थिति जन्य प्रतिमायें वास्तविक लगने लगती हैं। ऐसी प्रतिमाओं को मतिभ्रम (hallucination) कहा जाता है। अन्य कही भ्रमों और उनके कारणों का उल्लेख किया जा चुका है। भ्रम उत्तेजना का यथार्थ रूप न देख सकने के कारण उसकी गलत व्याख्या करने का परिणाम होता है। भ्रम में कोई उद्देश्य और उत्तेजना की स्मृति प्रतिमा नहीं होती, केवल उत्तेजना और उसकी गलत व्याख्या ही होती है। मतिभ्रम (hallucination) में उत्तेजना की गलत व्याख्या-मात्र न होकर स्मृति-प्रतिमा को वास्तविक उत्तेजना समझ

लिया जाता है। मतिभ्रम उद्देश्यमूलक होता है। प्यासे आदमी को रेगिस्तान में मृगमरीचिका में पानी का मतिभ्रम हो जाता है। मतिभ्रम किसी उद्देश्य या आवश्यकता की पूर्ति के लिए पूर्व अनुभव की स्मृति-प्रतिमाओं के आधार पर नई प्रतिमाओं का सृजन कर उन्हें वास्तविक समझ लेना होता है।

स्वप्न

स्वप्न देखना भी स्मृति-प्रतिमाओं का सृजन करने का एक साधारण अनुभव है। ससार में शायद ही ऐसा व्यक्ति हो जिसने कोई स्वप्न न देखा हो। स्वप्न देखने की क्रिया के पीछे कोई रहस्य नहीं होता। स्वप्न देखना स्वाभाविक मानसिक क्रिया है और उसके लिए उत्तेजनाओं की आवश्यकता पड़ती है। सोते समय भी बाह्य जगत से हमारा सम्पर्क बना रहता है और बोधवाहक उत्तेजनाएँ मनस् में पहुँचती रहती हैं। सोते समय यदि हमारा हाथ खाट के नीचे लटक जाता है तो हम किसी ऊँचे पेड़ पर लटके होने का स्वप्न देख सकते हैं। गर्म मोजे पहने हुए सो जाने पर हम आग पर चलने का स्वप्न देख सकते हैं।

स्वप्न में उत्तेजना रहती है और मनस् सोते समय पूर्व अनुभव के आधार पर उस उत्तेजना की सज्ञा करता है। सोते समय चूँकि मनुष्य अपने परिवेश की पूरी स्थिति नहीं जानता इसलिए मनस् द्वारा की गई स्वप्न उत्पादक उत्तेजना की सज्ञा ९९ प्रतिशत गलत होती है। स्वप्नों पर किए गए प्रयोगों से यह पता चला है कि स्वप्न की प्रतिमाओं की प्रचुरता के सामने स्वप्न उत्पादक उत्तेजना बिल्कुल दब-सी जाती है।

स्वप्नों की एक सामान्य विशेषता यह होती है कि वे अनायास ही प्रकट होते हैं और उनमें व्यक्ति की चेष्टा का कोई स्थान नहीं होता। स्वप्नों की इसी विशेषता के कारण प्राचीन काल में उन्हें बाह्य शक्तियों द्वारा प्रेरित माना जाता था और वैज्ञानिक दृष्टिकोण के अनुसार आजकल उन्हें अचेतन मन द्वारा प्रेरित माना जाता है।

आधुनिक वैज्ञानिक दृष्टिकोण के अनुसार स्वप्न अचेतन मन की भाषा होते हैं। अचेतन मन अपनी अभिव्यक्ति स्वप्नों द्वारा करता है। अचेतन मन पर परिधीय और केन्द्रीय स्नायु-प्रबन्ध के प्रसंग में विचार किया जा चुका है। प्रश्न केवल यही रह जाता है कि आखिर अचेतन मन किन चीजों से निर्मित होता है। इस प्रश्न का उत्तर विभिन्न प्रकार से देने की चेष्टा की गई है जिससे स्वप्न और उनकी व्याख्या-सम्बन्धी अनेक मत प्रचलित हो गये हैं। हम यहाँ उन विभिन्न मतों में से कुछ प्रमुख मतों की विवेचना कर स्वप्नों को समझने की कोशिश करेंगे।

फ्रायट का मत—फ्रायट के मतानुसार अचेतन मन का निर्माण हमारी शमन (repress) हो चुकी उन सेक्सुअल इच्छाओं से होता है जिनकी पूर्ति लोकलाज और समाजभय से नहीं की जा सकती। सेक्सुअल इच्छाओं के शमन से मानसिक तनाव उत्पन्न होता है जिसकी अभिव्यक्ति दिन में न हो पाने से रात में स्वप्नो द्वारा होती है। व्यक्ति का जीवन केवल उसकी इच्छाओं पर ही निर्भर नहीं होता। समाज में प्रतिष्ठित ढंग से जीवनयापन कर सकने के लिए उसे अपनी बहुत सी इच्छाओं का, विशेषकर सेक्सुअल इच्छाओं का शमन कर देना पड़ता है। मनुष्य का जीवन उसकी सुख की इच्छाओं और जीवन की वास्तविकता के द्वन्द पर प्रदोलित होता रहता है। अचेतन मन हर प्रकार के सुख की इच्छा करता है और जीवन की वास्तविकता उन पर अकुश लगाती है जिसके फलस्वरूप सुख-प्राप्ति की बहुत-सी इच्छाएँ चेतन मन से बलात् निकाल दी जाती हैं और वे अचेतन मन में वास करने लगती हैं। किन्तु अचेतन मन की इच्छाएँ ज्यादा बलशाली होती हैं और उनका शमन पूरी तरह से नहीं हो पाता जिससे उनकी अभिव्यक्ति विभिन्न प्रकार के न्यूरोसिसो, पर्यावरणो (obsessions) और स्वप्नो द्वारा होती है।

स्वप्नो द्वारा जब अचेतन मन की इच्छाएँ मन के चेतन स्तर पर आती हैं तो उपचेतन मन की मध्यस्थता के कारण उनका कुछ रूप-परिवर्तन हो जाता है। उपचेतन मन खतरनाक सेक्सुअल इच्छाओं से व्यक्ति की रक्षा करता है और उन्हें चेतन-स्तर तक नहीं आने देता। उपचेतन मन के इस नियंत्रण से बचने के लिये अचेतन मन की इच्छाओं को चेतन मन तक आने के लिए छद्म-वेश रखना पड़ता है। यह छद्मवेश प्रतीकात्मक होता है और इस प्रकार अचेतन मन की सेक्सुअल इच्छाएँ चेतन मन में विभिन्न प्रतीको के रूप में आती हैं। स्वप्नो के प्रतीक द्वयार्थक होते हैं। छुरा एक भयानक औजार है किन्तु स्वप्न में किसी लड़की द्वारा छुरा देखने का साधारण अर्थ यही लगाया जायगा कि छुरे से डर जाने के कारण लड़की ने स्वप्न में उसे देखा होगा। किन्तु छुरा पुरुष के शिश्न (जननेन्द्रिय) का भी प्रतीक होता है और उसे स्वप्न में देखने का अर्थ लड़की का पुरुष के शिश्न यानी मैथुन की इच्छा से डरना भी हो सकता है। लड़की के मन में शिश्न (penis) को देखकर मैथुन के डर से जो तनाव पैदा होता है वह स्वप्न द्वारा चेतन मन तक आना चाहता है किन्तु उपचेतन मन के नियंत्रण से बचने के लिए उसे छुरे का छद्मवेश रखना पड़ता है।

फ्रायट ने इसी प्रकार के अनेक सेक्सुअल प्रतीको और उनके अर्थ को स्पष्ट किया है। साँप, छुरा या कोई लम्बी चीज मनुष्य के शिश्न की प्रतीक होती है। सन्दूक, कमरा, मकान आदि चीजें स्त्री की भग की प्रतीक होती हैं। राजा

पिता का और रानी माँ का प्रतीक होती है। फ्रायट के अनुसार स्वप्नो का आधार दैनिक जीवन की घटनाओं और अनुभवों में भी होता है। स्वप्न के दो पक्ष होते हैं। एक प्रकट (manifest) और दूसरा प्रच्छन्न (latent)। इस पक्ष भेद को समझने के लिए आप स्वप्न की तुलना कार्टून (cartoon) से कीजिए। मान लीजिए किसी कार्टून में एक गाड़ी उलटते हुए दिखाई गई है। प्रकट रूप से कार्टून का अर्थ यही होगा की कार्टून बनाने वाले ने किसी गाड़ी को उलटते हुए देखकर उसका चित्रण कर दिया है। किन्तु कार्टून का प्रच्छन्न अर्थ भी हो सकता है। गाड़ी का उलटना किसी अन्तर्राष्ट्रीय सड़क के कारण राश्ट्रो के उलटने का सूचक हो सकता है। इसी प्रकार स्वप्नो में दिखाई देने वाले दैनिक अनुभवों के पीछे भी प्रच्छन्न अर्थ होता है, नहीं तो स्वप्न में उसी अनुभव-विशेष को क्यों चुना जाता है अन्य अनुभवों को क्यों नहीं? हमारा कोई दैनिक अनुभव दूसरों के लिए अनावश्यक हो सकता है किन्तु हमारे लिए उसका कोई प्रच्छन्न महत्व हो सकता है। स्वप्न में दैनिक जीवन का वही अनुभव चुना जाता है जो हमारे अचेतन मन की किसी बलवती इच्छा को स्पर्श या जाग्रत करता है।

अमर नामक एक व्यक्ति ने एक सुन्दर नितम्बो वाली स्त्री को देखने के बाद रात में यह स्वप्न देखा : “दो महलों के बीच एक छोटा सा मकान है जिसके दरवाजे बन्द हैं और जो पीछे की ओर हट रहा है। मैं उस मकान तक जाने वाली सड़क पर होकर वहाँ जाता हूँ और दरवाजे खोल कर एक तंग ढालू रास्ते से आँगन के अन्दर घुस जाता हूँ।” सुन्दर नितम्बो वाली स्त्रियाँ लोग अक्सर देखते हैं लेकिन ऐसा स्वप्न सभी नहीं देखते। फिर इस स्वप्न का उस स्त्री से क्या सम्बन्ध हो सकता है? स्त्री के सुन्दर नितम्बो को देखकर अमर के मन में स्त्री के साथ पीछे से मैथुन करने की इच्छा जाग्रत हुई और उसने उसके अचेतन मन में शमन हो गए किसी पूर्व अनुभव को छू दिया। स्वप्न में देखे जाने वाले दो महल स्त्री के नितम्बो के प्रतीक हैं, बीच का मकान और उसका तंग ढालू रास्ता भग का प्रतीक है। मकान के दरवाजों का बन्द होना उस स्त्री के साथ मैथुन कर सकने की सम्भावना का ‘बन्द’ होना है और मकान का पीछे हटना उस स्त्री को अपनी पहुँच से बाहर होते देखने का प्रतीक है।

अमर ने स्वयं बताया कि उसकी पत्नी नितम्बनी नहीं थी और इससे उसके मन में पहले से ही सुन्दर नितम्बनी से नितम्ब-स्पर्श का सुख लेने के लिये पीछे से मैथुन करने की इच्छा मौजूद थी जो नितम्बनी को देखने के एक साधारण दैनिक अनुभव से जाग्रत होकर उपर्युक्त। स्वप्न देखने का कारण

वनी । चूँकि नितम्बनी को देखने का अनुभव अमर के मन की प्रच्छन्न इच्छा को जाग्रत करने वाला था इसलिये स्वप्न में उस दिन के अनेक दैनिक अनुभवों में से केवल वही चुना गया था ।

स्वप्न उद्देश्यमूलक होते हैं । वर्जित सेक्सीय इच्छाओं और लोकलाज के कारण उनका शमन करने में जो द्वन्द्व होता है उससे मानसिक तनाव (tension) उत्पन्न होता है । फ्रायट के अनुसार स्वप्नों का उद्देश्य मतिभ्रमात्मक (hallucinatory) रूप से इच्छापूर्ति द्वारा मानसिक तनाव को दूर करके व्यक्ति को अच्छी तरह सो सकने के योग्य बना देना होता है । नितम्बनी को देखकर अमर के मन में परस्त्रीगमन की वर्जित इच्छा जाग्रत हुई और उससे मानसिक तनाव पैदा हुआ । स्वप्न ने उस इच्छा की पूर्ति करके अमर के मानसिक तनाव को हटा दिया जिससे वह अच्छी तरह सो सके ।

किन्तु स्वप्नों का उद्देश्य शमन की हुई इच्छाओं को सन्तुष्ट कर व्यक्ति को सो सकन योग्य बनाना ही नहीं होता । कभी कभी व्यक्ति ऐसे भी स्वप्न देखता है जो उसकी मानसिक शांति को भग कर उसकी नीद उचटा देते हैं । यह बात भयावह स्वप्नों (nightmares) के बारे में विल्कुल सच होती है । स्वप्न में कुकृत्य या कोई अन्य जघन्य अपराध करते हुए पकड़े जाने पर हम जाग पड़ते हैं और फिर नीद आना कठिन हो जाता है । यह तो ठीक है कि स्वप्नों का उद्देश्य सेक्सीय इच्छाओं को अभिव्यक्त करना होता है किन्तु यह मानना पड़ेगा कि अनेक स्वप्नों का दुःखद पक्ष उनके सुखद पक्ष की अपेक्षा अधिक प्रभावशाली होता है । हमारी बर्बर सेक्सीय इच्छाएँ इतनी खतरनाक होती हैं कि उन्हें दण्ड मिलना चाहिये और अनेक स्वप्नों का कार्य हमें उन खतरनाक भावनाओं का ज्ञान कराना ही होता है ।

स्वप्न-क्रिया (dream work)—चेतन मन की विरोधी अचेतन इच्छाओं को स्वप्नों द्वारा अभिव्यक्त होने के लिये चेतन मन द्वारा अनुमोदित रूप धारण करना पड़ता है । अचेतन इच्छाओं को चेतन मन की स्वीकृति के अनुरूप बनाने का काम उपचेतन मन करता है जिसे फ्रायट ने ठीक ही सेन्सर (censor) नाम दिया है क्योंकि सेन्सर का काम काट छाँट करना होता है ।

उपचेतन मन द्वारा काट-छाँट का एक तरीका विस्थापन (displacement) होता है । पहले रागात्मकता या अनुभूति का विस्थापन होता है इसलिये स्वप्न में ज्यादा रागात्मक और आवश्यक प्रतीत होने वाली बातें वस्तुतः बहुत कम महत्व की होती हैं जबकि नगण्य लगने वाली बातों के पीछे प्रच्छन्न अर्थ हो सकता है । इसी प्रकार स्वप्न में देखे जाने वाले पदार्थों

और व्यक्तियों का भी विस्थापन होता है। विस्थापन का प्रयोजन अचेतन इच्छा को सेन्सर (उपचेतन) के नियंत्रण से बचने के लिये घुमा-फिरा कर प्रकट करना होता है।

एक दूसरा तरीका सक्षिप्तीकरण (condensation) होता है। स्वप्न बहुत सक्षिप्त हो सकता है किन्तु उसकी व्याख्या काफी लम्बी हो सकती है। स्वप्नों की व्याख्या करने के लिये स्वप्न के प्रत्येक प्रतीक से सम्बन्धित अनुभव को जानना जरूरी होता है जिसके बिना स्वप्न बिल्कुल असम्बद्ध और निरर्थक प्रतीत होता है।

स्वप्न अभिव्यक्ति के साधन—दैनिक जीवन में इच्छाओं, विचारों और अनुभवों आदि को प्रकट करने के लिये भाषा के प्रतीकों का सहारा लिया जाता है। किन्तु स्वप्न दृश्यात्मक होते हैं इसलिये वहाँ भाषा को चित्र-रूप में परिवर्तित होना पड़ता है। भाषा के बहुत से शब्द और वाक्य चित्रात्मक होते हैं जैसे डर के मारे 'पैरो के नीचे से धरती खिसक जाना।' भाषा के चित्रात्मक वाक्य या शब्द स्वप्नों में वास्तविक रूप में दिखाई पड़ते हैं। स्वप्न में भयभीत हो जाने वाला व्यक्ति यह देख सकता है कि वह धरती फट जाने से पाताल में घँसा चला जा रहा है। स्वप्न में अपने चारों ओर बहुत बड़े लोगों को देखना बचपन की ओर संकेत करता है जब हमारे लिये हर चीज बहुत बड़ी होती थी। इसका प्रतीकात्मक अर्थ अपने आप को दूसरों से छोटा समझना भी हो सकता है जैसा कि 'उसने मुझे नीचा दिखा दिया' वाक्य-चित्र से ध्वनित होता है।

फ्रायट द्वारा प्रस्तुत स्वप्नक्रिया और अभिव्यक्ति के साधन उन लोगों को भी मान्य है जो फ्रायट की स्वप्न व्याख्या को स्वीकार नहीं करते।

स्वप्नों का प्रयोजन—फ्रायट के अनुसार "स्वप्नों का एकमात्र प्रयोजन किसी इच्छा की पूर्ति करना ही होता है।" किन्तु यह मान्यता कुछ हठपूर्ण-सी है। अपनी मान्यता को स्थापित करने के लिए फ्रायट ने एक स्वप्न का उदाहरण दिया है। "मैं स्वप्न में अपने मकान के सामने एक स्त्री के हाथ में हाथ डाले टहल रहा हूँ। वहाँ एक बन्द गाड़ी खड़ी हुई है। एक व्यक्ति मेरी ओर आता है और अपने को पुलिस का आदमी बताकर मुझसे अपने साथ चलने को कहता है। मैं उससे अपना मामला निपटाने के लिये कुछ समय माँगता हूँ।"

पूछे जाने पर स्वप्नदृष्टा ने यह बताया कि स्वप्न में वह पुलिस द्वारा 'शिशु-हत्या' के अपराध में पकड़ा गया था। उसने उस विवाहित स्त्री के साथ एक रात बिताई थी और उसे यह डर था कि कहीं स्त्री के गर्भ न रह जाय।

फ्रायट के अनुसार इस स्वप्न में शिशु-हत्या के अतिरजित रूप का आशय वच्चे का पिता न बनने की इच्छा है। निस्सन्देह स्वप्नद्रष्टा के मन में उस स्त्री से किसी वच्चे का पिता न बनने की इच्छा थी और वह उसको अच्छी तरह से जानता भी था इसलिये उसे उस इच्छा का ज्ञान कराने के लिए स्वप्न की कोई जरूरत नहीं थी। स्वप्न की मुख्य बात स्वप्नद्रष्टा का पुलिस द्वारा पकड़ा जाना था। यह उसके अपराध का उद्घाटन था जिससे वह बचना चाहता था किन्तु स्वप्न उसको बचने नहीं देना चाहता था। उपर्युक्त स्वप्न केवल इच्छापूर्ति ही नहीं करता वरन् इच्छा के अनुचित होने को भी बताता है। स्वप्नद्रष्टा को अपनी इच्छा का पूर्ण ज्ञान था; वह उसकी अचेतन इच्छा नहीं थी। वह केवल अपने अपराध का सामना करने से बचना चाहता था। स्वप्न ने उसको चेतावनी दी थी कि यदि वह इसी प्रकार पापकर्म करता रहेगा तो उसे उसका फल (पुलिस द्वारा पकड़ा जाना) भुगतना पड़ेगा। स्पष्ट है कि स्वप्न केवल इच्छापूर्ति ही नहीं करते वरन् खतरनाक इच्छाओं की निन्दा करके व्यक्ति को उसके उत्तरदायित्व का ज्ञान भी कराते हैं। इसलिये फ्रायट की इस मान्यता को अक्षरशः नहीं माना जा सकता कि स्वप्न केवल इच्छाओं की पूर्ति ही होते हैं।

फ्रायट ने बाद में इस तथ्य को स्वयं स्वीकार किया था। चूँकि उपचेतन मन ही इच्छा की वास्तविक अभिव्यक्ति में बाधक बनता है इसलिये फ्रायट ने इच्छाओं की निन्दा का कारण उपचेतन मन की क्रियाओं में माना; इच्छाओं की निन्दा को स्वप्न के मुख्य प्रयोजन के रूप में स्वीकार नहीं किया। किन्तु जैसा कि देखा जा चुका है स्वप्न का मुख्य प्रयोजन इच्छा की निन्दा करके व्यक्ति को उसके प्रति उत्तरदायी बनाना भी होता है। स्वप्न इच्छाओं की अभिव्यक्ति-मात्र न होकर उन इच्छाओं से उत्पन्न होने वाली समस्याओं की अभिव्यक्ति और उनका हल करने का प्रयत्न भी होता है। स्वप्नों का दुखद पक्ष उपचेतन के नियंत्रण के कारण न होकर अपराध या पाप जैसी दुखद समस्याओं के सामने आने से होता है जिनसे हम बचना चाहते हैं किन्तु जिनको स्वप्न हमारे आगे रखकर हमसे उनका समाधान कराना चाहता है।

स्वप्न का प्रयोजन हमारी पापमय इच्छाओं की निन्दा करना ही न होकर पाप की गलत धारणाओं को मन से निकाल फेंकने की प्रेरणा देना भी होता है। एक युवक ने स्वप्न देखा कि वह एक घोबिन के सामने नगा नहा रहा है लेकिन घोबिन उसकी ओर कोई ध्यान नहीं दे रही है। इस युवक में नग्न-प्रदर्शन (exhibitionism) की प्रवृत्ति थी जिसके लिये बचपन में उस पर हमेशा डाट-फटकार पड़ा करती थी। इससे युवक के मन में सेक्स के

प्रति पाप की एक गलत धारणा बन चुकी थी। स्वप्न ने अनुचित पाप-धारणा को युवक के मन से निकालने के लिए मौलिक स्थिति को नाटकीय ढंग से प्रस्तुत करके और यह दिखाकर कि उसके नग्नप्रदर्शन की धोविन कोई परवाह नहीं करती सेक्स के प्रति उसे स्वाभाविक दृष्टिकोण अपनाने को प्रेरित किया।

इससे यह परिणाम निकलता है कि स्वप्न इच्छापूर्ति-मात्र न होकर इच्छा द्वारा प्रस्तुत समस्या को सामने रखकर उसका समाधान भी कराते हैं। इच्छा का जैविक (biological) कार्य हमें कोई काम करने की प्रेरणा देना होता है। हम जिस चीज की इच्छा करते हैं उसको पाने के लिये प्रयत्न भी करते हैं। स्वप्न इच्छाओं की मतिभ्रमात्मक पूर्ति करके हमें रात में सो सकने योग्य ही नहीं बनाते किन्तु दिन में कार्य करने की प्रेरणा भी देते हैं। इस प्रकार स्वप्नो का कार्य इच्छापूर्ति का खेल खेलना-मात्र न होकर रचनात्मक और उद्देश्यमूलक होता है। स्वप्नो का जैविक महत्व यूङ्क द्वारा प्रस्तुत स्वप्न विषयक दृष्टिकोण से अधिक स्पष्ट हो जायगा।

यूङ्क का मत—फ्रायट की भाँति यूङ्क ने भी स्वप्नो को अचेतन मन की भाषा माना है। यूङ्क का अचेतन-मन-विषयक दृष्टिकोण फ्रायट के मत के विपरीत है और इसी से यूङ्क की स्वप्न-व्याख्या भी फ्रायट की व्याख्या से भिन्न है। फ्रायट के अनुसार अचेतन मन हमारी उन इच्छाओं से निर्मित होता है जिनका हमें कभी चेतन अनुभव हुआ था लेकिन बाद में किसी कारण से उनका शमन कर दिया गया था। शमन की हुई इच्छाएँ सेक्सीय होती हैं। इससे यही परिणाम निकलता है कि अचेतन मन का नैतिकता से कोई सम्बन्ध नहीं होता और इसलिये अचेतन मन में नैतिक द्वन्द नहीं हो सकता। अचेतन मन में शमन की हुई इच्छाएँ प्रतीकात्मक रूप में स्वप्नो द्वारा प्रकट होती हैं।

यूंक ने यह स्वीकार किया है कि व्यक्ति के विगत अनुभवों का शमन होता है। शमन हुए अनुभवों से निर्मित होने वाले अचेतन मन को यूंक ने 'व्यक्तिगत अचेतन' (Personal unconscious) नाम दिया है। लेकिन स्वप्नो में कुछ ऐसी बातें भी होती हैं जो व्यक्तिगत अनुभव से प्राप्त नहीं हो सकती। उनकी प्राप्ति अवश्य मन के गहन आदिम-स्तरो से होती होगी। मन का गहनतम स्तर जातीय अनुभवों से निर्मित होता है। मन के ऐसे गहन स्तर को यूंक ने 'सामूहिक अचेतन' (collective unconscious) नाम दिया है—सामूहिक इसलिए कि वह व्यक्तिगत अनुभवों का भण्डार न होकर जातिगत अनुभवों का भण्डार होता है।

सामूहिक अचेतन में "मानवी कल्पना की आनुवंशिक रूप से प्राप्त होने वाली शक्तियाँ रहती हैं।" सामूहिक अचेतन प्रागैतिहासिक काल की प्रतिध्वनि

होता है और वह मानव जाति के श्रेष्ठतम कार्यों का आगार ही न होकर उसके निकृष्टतम कर्मों का आगार भी होता है। सामूहिक अचेतन अनजाने में हमारे व्यवहार को प्रभावित करता रहता है। चूँकि हमें सामूहिक अचेतन की शक्तियों का कभी चेतन अनुभव नहीं होता इसलिए फ्रायडीय अर्थ में उनका शमन होना नहीं माना जा सकता। सामूहिक अचेतन की आदिम शक्तियाँ बड़ी उग्र और प्रचण्ड होती हैं और उनके वशीभूत होने पर मनुष्य क्या कुछ नहीं कर बैठता। हत्यारा शायद ठीक ही कहता है कि हत्या करते समय उसे 'न मालूम क्या हो गया था' जिसको न तो वह समझ ही सकता था और न अपने पर उस समय काबू ही रख सकता था। आदिम (primitive) होने से सामूहिक अचेतन की शक्तियों का स्वभाव चेतन मन की विचारधारा और स्वभाव से बिल्कुल अलग होता है। उन शक्तियों के नियम अलग होते हैं और वे अतार्किक और अवैदिक होती हैं। सामूहिक अचेतन की आदिम शक्तियाँ चेतन स्तर तक आकर हमारे भाग्य का निर्धारण कर सकती हैं। उनके पास चेतन स्तर तक आने का एक साधन स्वप्न होते हैं।

आर्कैटाइप (archetype)—सामूहिक अचेतन की शक्तियाँ चेतन स्तर पर जिस रूप में आती हैं उसे यूंक ने आर्कैटाइप नाम दिया है। आर्कैटाइप का अर्थ होता है अनुभव का आदिम (primitive) मौलिक रूप। आर्कैटाइप अनुभवों के उदाहरण देव-कथाओं और पौराणिक कथाओं में भरे पड़े हैं जिनके सस्कार अनजाने में ही हमारे ऊपर पड़ जाते हैं और वे आर्कैटाइप सस्कार स्वप्नों के रूप में चेतन मन को प्रभावित करने का प्रयत्न करते हैं। आर्कैटाइप सस्कार स्वप्नों में आर्कैटाइप प्रतिमाओं के रूप में प्रकट होते हैं। अतएव कुछ प्रमुख आर्कैटाइप प्रतिमाओं को समझ लेना चाहिए।

आर्कैटाइप प्रतिमाएँ—आर्कैटाइप प्रतिमाओं का एक रूप छाया (shadow) होता है। छाया हमारे व्यक्तित्व का अविकसित और ऐतिहासिक दृष्टि से मानवी पक्ष का अपरिपक्व और बचकानी रूप होता है। जब मनुष्य कठिन परिस्थितियों में पड़ जाता है तो वह बचकानी प्रतिक्रियाएँ करने लगता है क्योंकि तब वह अपनी छाया को पकड़ लेता है।

आर्कैटाइप प्रतिमा का एक अन्य रूप पर्सोना (persona) कहलाता है। पर्सोना का अर्थ होता है आवरण। चूँकि हमें समाज में रहना पड़ता है इसलिए हम अपनी वास्तविकता को छिपाने के लिए उस पर आवरण डाले रहते हैं। वह आवरण ही हमारा पर्सोना है जिसे अपने ऊपर डालकर हम दुनियाँ को अपना असली रूप न दिखाकर कोई दूसरा ही रूप दिखाते हैं। पर्सोना हमारी सामाजिक आवश्यकताओं का परिणाम होता है क्योंकि हमें सामाजिक

समर्थन पाने के लिए अपने व्यक्तित्व के असली रूप को छिपाना पड़ता है। पर्सोना का आधार हमारे व्यक्तिगत अचेतन मन में होता है।

आर्कैटाइप प्रतिमाओं के दो अन्य रूपों को एनिमा (anima) और एनिमस (animus) कहा जाता है। एनिमा मनुष्य में अन्तर्निहित उसका स्त्री पक्ष होता है जो स्वप्न में किसी स्त्री के रूप में प्रकट होता है। मनो-वैज्ञानिक एव शारीरिक दृष्टिकोण से पुरुष के अन्दर स्त्री और स्त्री के अन्दर पुरुष की विशेषताएँ अवश्य रहती हैं। पुरुष में पुरुषगत विशेषताओं की प्रधानता होने से उसकी स्त्रीगत विशेषताओं का शमन हो जाता है और पुरुष का शमन हो गया स्त्री पक्ष यानी एनिमा (anima) स्वप्नों में स्त्री-रूप लेकर प्रकट होता है। इसी प्रकार स्त्री में अन्तर्निहित पुरुष पक्ष यानी एनिमस (animus) उसके स्वप्नों में पुरुष-रूप में प्रकट होता है। अगर पुरुष अपने एनिमा को नहीं जानता तो उसका एनिमा स्वप्न में उसकी भावनाओं के अनुरूप उसकी किसी परिचित स्त्री पर प्रक्षेपित होकर प्रकट होता है। बहुत से लोग अपने एनिमा को इतना चाहने लगते हैं कि अगर उन्हें उनके एनिमा के अनुरूप स्त्री नहीं मिलती तो वे शादी ही नहीं करते। एनिमा और एनिमस हमारे जन्मजात गुणों पर आधारित शक्तियाँ होते हैं। उनका आधार हमारी शरीर-रचना में होता है।

एनिमा और एनिमस पुरुष और स्त्री के पूरक पक्ष होते हैं और उनके अभाव में व्यक्तित्व अधूरा रह जाता है। उनका स्वप्नों में दिखाई देना हमारे जीवन के एक अभाव की ओर संकेत करता है जिसका पूरा होना आवश्यक है। फ्रायड के अनुसार स्वप्न में स्त्री को देखना मैथुनेच्छा पूर्ति का सूचक होता है किन्तु यूक के अनुसार वह मैथुनेच्छा पूर्ति के साथ-साथ हमारे जीवन के एक अभाव का भी सूचक होता है जिसको पूरा करना व्यक्तित्व के पूर्ण विकास के लिए आवश्यक है।

एक अन्य आर्कैटाइप अनुभवी वयोवृद्ध 'गुरु' का भी होता है जो युग-युगान्तर के ज्ञान का प्रतीक है। दुविधा और असमञ्जस में डालने वाली जीवन की समस्याएँ सामने आने पर हम एक गुरु और पथप्रदर्शक का सहारा चाहते हैं। वह 'प्राचीन ज्ञान' अन्तर्साक्ष्य (intuition) रूप में थोड़ा बहुत सभी में होता है और कठिन समय में हमारा पथप्रदर्शन भी करता है। उसकी अभिव्यक्ति स्वप्न में 'गुरु' या पिता के रूप में होती है।

इन आर्कैटाइपों का सामूहिक अचेतन अनुभूतियों और प्रत्ययों से घनिष्ठतम सम्बन्ध होता है। उनको तार्किक भाषा द्वारा व्यक्त नहीं किया जा सकता। उनकी अभिव्यक्ति कला, संगीत, पौराणिक और देव-कथाओं और

स्वप्नो द्वारा ही अच्छी तरह हो सकती है। अगर उनकी अभिव्यक्ति भाषा द्वारा सम्भव होती तो कला और गीत की कोई आवश्यकता या महत्ता नहीं रह जाती। आर्कटाइप प्रतिमाओं की सुन्दर अभिव्यक्ति कला के प्रतीकात्मक रूपों में होती है इसलिए कला हमारे अचेतन मन की भावनाओं को अधिक मार्मिकता के साथ स्पर्श कर पाती है। बहुत से प्राचीन विचार धार्मिक कृत्यों में पाए जाते हैं। कुछ लोगों के अन्दर धार्मिक कृत्य करने से जो गम्भीर भावनाएँ पैदा होती हैं वे उन कृत्यों के वर्णन से नहीं होती।

पौराणिक और देवकथाओं का जो महत्व जाति के लिए होता है वही व्यक्ति के लिए स्वप्नो का होता है क्योंकि पौराणिक कथाओं की भाँति स्वप्नो में भी हमारी भावनाओं और संचारीभावों का आदिम रूप प्रकट होता है। पौराणिक कथाओं और स्वप्नो के सहचार की घनिष्ठता के कारण ही यूक स्वप्न व्याख्या के लिए प्रायः पौराणिक कथाओं का आश्रय लेता है। यूक के आशय को समझने के लिए एक स्वप्न का उदाहरण लीजिए।

पिता के निर्दयतापूर्ण व्यवहार से मेरे रोगी के रागात्मक जीवन का शमन हो गया था। नतीजा यह हुआ कि पिता को प्रसन्न करने के लिए लड़की की प्रवृत्ति ऊपर से अत्यन्त मधुर बन गई। उसने स्वप्न में यह देखा कि वह अच्छी हो गई है और उसके ऊपर फूलों का एक सुन्दर पर्दा पड़ा हुआ है जिससे अगर वह अन्धी न होती तो भी न देख पाती। तब एक हब्शी प्रकट होता है और आगे बढ़कर लड़की के माथे का चुम्बन ले लेता है जिससे ऊपर पड़ा पर्दा हट जाता है और उसके नेत्रों की ज्योति वापस आ जाती है।

फ्रायट के अनुसार इस स्वप्न में हब्शी लड़की के पिता का, चुम्बन लेना मैथुन का, फूलों का पर्दा गिरना कौमार्य भग होने से योनिच्छद (hymen) के टूटने का और नेत्रों की ज्योति वापस आना जीवन के एक सुखद अनुभव—मैथुन सुख—का प्रतीक होगा। इस व्याख्या का आधार यह है कि पिता द्वारा पीटे जाने पर लड़की की मैथुनेच्छा जाग्रत हो जाया करती थी। यूक ने माना है कि इस स्वप्न के प्रतीकों को फ्रायटीय ढग से घटाया जा सकता है किन्तु यूक स्वयं ऐसे स्वप्नो की रचनात्मक व्याख्या करने के पक्ष में है। यूक के अनुसार इस स्वप्न की व्याख्या यो होगी सुन्दर फूलों का पर्दा लड़की का वह पर्सीना था जिसे वह दूसरों को दिखाया करती थी। वह पर्सीना था तो सुन्दर किन्तु उसकी वजह से लड़की जीवन की वास्तविकता नहीं देख पाती थी और न उसका सामना ही कर पाती थी। हब्शी लड़की का एनिमस था—उसके आदिम संचारीभावों से निर्मित उसके अपनत्व का वह रूप जिसे उसने

शमन करके अस्वीकार कर दिया था। किन्तु जीवन की वास्तविकता का सामना करने के लिए सचारीभावात्मकता के साथ साथ ठंडे दिल से सोचने की जरूरत भी पड़ती है। अपने वनावटी पर्सोना से लड़की जीवन की वास्तविकता के प्रति अन्धी हो गई थी। जीवन की वास्तविकता पहचानने के लिए उसे अपनी आदिम सचारीभावात्मकता को स्वीकार करना चाहिए था। हव्शी को चुम्बन देना आदिम सचारीभावात्मकता को स्वीकार करने का प्रतीक है और पर्दे का गिरना अपने सुन्दर किन्तु गलत पर्सोना को गिरा देना है जिससे उसकी दृष्टि लौट सके यानी वह जीवन की वास्तविकता को देख सकने योग्य बन सके। पर्सोना के कारण उसके जीवन में जो कटु अभाव आ गया था उसकी पूर्ति सचारी-भावात्मक जीवन को स्वीकार करने से ही हो सकती थी। पर्सोना ने लड़की के व्यक्तित्व के दो टुकड़े कर दिए थे। उसके सामने अपने छिन्न व्यक्तित्व को जोड़ने की समस्या थी। स्वप्न ने लड़की के सामने न केवल उसकी समस्या ही प्रस्तुत की वरन् उसका हल भी रख दिया।

उपर्युक्त स्वप्न इस अर्थ में रचनात्मक है कि वह व्यक्तित्व के दो टूटे हुए खण्डों में सामञ्जस्य स्थापित कर सकने की दिशा की ओर संकेत करता है और यह बताता है कि अगर लड़की अपनी आदिम भावनाओं को स्वीकार कर ले (जो शमन के कारण उसके लिए खतरे का साधन बन चुकी थी) तो उसकी आँखें खुल जाँयगी यानी वह जीवन को ठीक से समझ कर उसका सामना अधिक अच्छी तरह कर सकेगी। अतएव यह स्वप्न रचनात्मक होने के साथ साथ सप्रयोजन भी है। इस प्रकार स्वप्न अचेतन मन की खतरनाक आदिम शक्तियों को ही प्रकट नहीं करते, उनका प्रयोजन हमें उन शक्तियों को जीवनोपयोगी बनाने का मार्ग दिखाना भी होता है।

यू क के अनुसार स्वप्नों का कार्य क्षतिपूरक होता है। स्वप्नों में दिखाई पड़ने वाली बातें चेतन मन की विरोधी होती हैं और इसलिए वे चेतन मन के अभाव की क्षतिपूर्ति करती हैं। इस दृष्टिकोण से स्वप्न हमारी 'इच्छाओं की ही नहीं किन्तु आवश्यकताओं की भी अभिव्यक्ति होते हैं और शमन किए जाने वाले उस अनुभव की ओर संकेत करते हैं जिसको पूरा करना व्यक्तित्व के लिए आवश्यक होता है। ज्यादा निष्ठुर आदमी ही स्वप्न में ज्यादा भावुक होता है क्योंकि जीवन में भावुकता का भी उचित स्थान हुआ करता है।

फ्रायट-यूङ्ग की स्वप्न-व्याख्या की तुलना—स्वप्नों के कार्य को प्रयोजन-मूलक और क्षतिपूरक मानने से यू क और फ्रायट की स्वप्न-व्याख्याओं में बड़ा भेद हो गया है। फ्रायट स्वप्नों की व्याख्या कारणात्मक दृष्टि से करता है कि स्वप्न प्रतिमाएँ कहाँ से आती हैं, किन इच्छाओं को सन्तुष्ट करती हैं और किन काम्प्लेक्सों को प्रकट करती हैं। यू क स्वप्नों की व्याख्या लक्ष्यात्मक

दृष्टिकोण से करता है कि स्वप्न हमें कहीं ले जाता है और हमारे जीवन को क्या देता है। स्वप्नों की कारणात्मक व्याख्या वैज्ञानिक दृष्टि से अपेक्षित अवश्य है किन्तु व्यक्ति का सम्बन्ध कार्य-कारण से ही न हाँकर लक्ष्यो और उद्देश्यों से भी होता है और स्वप्न उसके लक्ष्यो की ओर संकेत करते हैं। यूक का कहना है कि "फ्रायट काम्प्लेक्सों को ढूँढता है। मैं नहीं ढूँढता। यही एकमात्र भेद है। मैं यह ढूँढता हूँ कि अचेतन मन उन काम्प्लेक्सों के साथ क्या कर रहा है।" "मैं यह नहीं जानना चाहता कि काम्प्लेक्स क्या है वरन् यह जानना चाहता हूँ कि स्वप्न उन काम्प्लेक्सों के विषय में क्या कहना चाहता है। मैं यह जानना चाहता हूँ कि मनुष्य किस लक्ष्य की तैयारी कर रहा है।"

अचेतन मन की धारणा के विषय में भी फ्रायट और यूक में एक और महत्वपूर्ण मतभेद है। फ्रायट के अनुसार अचेतन में केवल शमन की हुई अतृप्त इच्छाएँ रहती हैं किन्तु यूक के अनुसार अचेतन में नैतिक मूल्य और अपराध की भावना भी रहती है जिससे अचेतन में नैतिक द्वन्द्व हो सकता है। नैतिक द्वन्द्व के परिणाम स्वरूप अचेतन की अपराध भावना स्वप्न में प्रकट होती है और स्वप्न का प्रयोजन केवल अतृप्त इच्छा की अभिव्यक्ति करना मात्र न होकर अपराध-भावना की अभिव्यक्ति करना भी होता है। फ्रायट ने भी स्वप्नों में होने वाले द्वन्द्व को स्वीकार किया था किन्तु द्वन्द्व होना उपचेतन के नियंत्रण के कारण माना था। यूक ने अचेतन नैतिक द्वन्द्व को स्पष्ट करने के लिए निम्नलिखित स्वप्न का उदाहरण दिया है।

"मैं एक विचित्र उपवन में खड़ा हुआ हूँ और पेड़ से एक सेब तोड़ लेता हूँ। इसके पहले मैं चारों ओर यह देख लेता हूँ कि कहीं कोई मुझे देखतो नहीं रहा है।"

स्वप्नदृष्टा ने स्वीकार किया कि उसने हाल ही में घर की नौकरानी से प्रेम करना शुरू किया था और स्वप्न देखने के एक दिन पहले वह अपनी प्रेमिका से चोरी से मिला भी था। इस स्वप्न में निस्सन्देह कुछ पौराणिक अश (वर्जित फल को चुराना) है। स्वप्नदृष्टा नन्दन उपवन के सेब चुराना चाहता था और सेब स्त्री के स्तनों के प्रतीक होते हैं। यहाँ तक तो उसकी इच्छापूर्ति हुई। किन्तु स्वप्न के बाद की घटनाएँ उसके कुविवेक को सूचित करती हैं। यह तो ठीक है कि स्वप्नदृष्टा नौकरानी से मैथुन करना चाहता था। किन्तु यूक ने इस स्वप्न की लक्ष्यात्मक व्याख्या की है। स्वप्न का प्रयोजन अपराध भावना पर जोर देकर स्वप्नदृष्टा को यह बताना था कि नैतिक दृष्टि से उसे अपने विवेक का सामना करना चाहिए और कुविवेक के सामने झुकना नहीं चाहिये।

हमारी अतिरञ्जित प्रवृत्तियों और भावनाओं का जो शमन होता है उसका कारण हमारी अपनी मानसिक-रचना और क्रियाओं में ही होता है। यह एक नैतिक महत्व का तथ्य है। अपराध, पाप आदि की भावनाएँ बाह्य नैतिक शिक्षा का परिणाम न होकर हमारी मानसिक व्यवस्था का ही परिणाम होती हैं। अचेतन में रहने वाला नैतिकता का अंश बचपन में शमन की जाने वाली अपराध-भावना की देन नहीं होता, वह हमारे सामूहिक अचेतन को मिलने वाला आदिम आर्कटाइप होता है।

अभी पीछे वर्णित शिशुहत्या वाले स्वप्न में फ्रायट की व्याख्या स्वप्न के केवल पहले अंश पर आधारित है जिसमें स्वप्नद्रष्टा की इच्छा स्त्री-सुख पाने और गर्भ न रहने देने की थी। स्वप्न के बाद वाले अंश में स्वप्नद्रष्टा अपनी अपराध-भावना के लिए पुलिस द्वारा पकड़ लिया जाता है जिसके द्वारा स्वप्न का प्रयोजन अपराध-भावना को प्रकट करना है। स्वप्न का पहला अंश कारणात्मक है और दूसरा लक्ष्यात्मक। फ्रायट स्वप्न के लक्ष्यात्मक अंश की उपेक्षा कर देता है।

स्वप्न-प्रतीकों का कार्य—फ्रायट के अनुसार स्वप्न के प्रतीकों का काम चेतनवर्जित इच्छाओं को उपचेतन के नियंत्रण से बचाने के लिए उन्हें छद्मवेश में चेतनस्तर तक लाना होता है। यूंक के मत से स्वप्न के प्रतीकों का काम हमारी अचेतन भावनाओं को चेतन स्तर पर अधिक स्पष्टता से लाना होता है। “प्रतीक समझने समझाने के लिये एक उपमान होता है... स्वप्न का प्रतीक एक आख्यायिका के समान होता है, उसका काम छिपाना न होकर शिक्षा देना होता है।”

स्वप्नों में अतिरंजना और नाटकीयता—दैनिक अनुभवों का रागात्मक पक्ष स्वप्नों में अतिरञ्जित रूप से प्रकट होता है। सोते समय कोर्टेक्सीय अव-रोधों का मनस् के निम्न भागों से सम्बन्ध-विच्छेद हो जाता है जिससे मनस् के रागात्मक केन्द्रों जैसे थैलेमस आदि का कार्य अनियंत्रित और अतिरञ्जित हो जाता है। स्वप्नों में अपराध या डर की अतिरंजना का असर हमारे ऊपर दैनिक अनुभवों की अपेक्षा बहुत गहरा पड़ता है और हम अपनी हिंसक भावनाओं का शमन अधिक सक्रियता से करने को मजबूर हो जाते हैं। वह मजबूरी हमें तत्काल कुछ करने को बाध्य कर देती है।

नौ साल के एक लड़के ने अपने भाई पर क्रुद्ध होकर उसे मारने के लिए उस पर चाकू फेंका जिससे वह बाल बाल बच गया। इस घटना के बाद लड़के ने स्वप्न देखा, लेकिन स्वप्न में फेंका गया चाकू उसके भाई को लग

गया और वह मर गया । स्वप्न द्वारा लड़के को हत्यारा बनने, तिरस्कृत होने और फाँसी पाने का भयंकर अनुभव हुआ । स्वप्न के कटु अनुभव ने लड़के को भाई के प्रति हिंसक भावना का शमन अधिक सक्रियता से कर देने को मजबूर किया । निस्सन्देह स्वप्न का प्रयोजन लड़के की हिंसक और खतरनाक भावना का शमन कराना ही था । इससे स्पष्ट है कि स्वप्नों का कार्य फ्रायडीय दृष्टि से केवल इच्छा-पूर्ति कराना ही न होकर हिंसक और खतरनाक इच्छा का शमन कराना भी होता है ।

अतिरजना का प्रभाव स्वप्नों की नाटकीयता के कारण और भी बढ़ जाता है । स्वप्नों में हमारी भावनाएँ, इच्छाएँ, गहन शक्तियाँ और मनो-वृत्तियाँ अक्सर किसी शारीरिक रूप में सामने आती हैं । वह शारीरिक रूप या तो हमारे किसी परिचित व्यक्ति का होता है या कल्पनिक व्यक्ति का । स्वप्न में हमारा क्रोध किसी बद्मिजाज आदमी का, मैथुनेच्छा वदचलन औरत का और बौद्धिकता किसी विद्वान का शारीरिक रूप लेकर सामने आ सकती है । स्वप्न में हमारी भावनाएँ और मनोवृत्तियाँ प्रचलित लोक-कथाओं में वर्णित मानवी या पाशविक पात्रों या प्राकृतिक शक्तियों पर प्रक्षेपित होकर भी प्रकट हो सकती हैं । क्रोध आँधी के रूप में, मैथुनेच्छा किसी रक्तजीवी पशु के और प्रतिहिंसा दैत्य के रूप में प्रकट हो सकती हैं । इस प्रकार स्वप्नों में देखे गए दृश्यों का हमारे ऊपर गहरा असर पड़ता है और हम तत्काल कुछ करने को विवश हो जाते हैं ।

दैनिक जीवन में हम अपनी जिस हिंसक भावना को कार्यान्वित नहीं करते उसे स्वप्न में नाटकीय ढंग से कार्यान्वित करके उसके परिणाम का सजीव अनुभव स्वयं कर लेते हैं जिससे उसके कार्यान्वित होने के परिणाम का अनुभव हमें जाग्रतावस्था में उसकी पुनरावृत्ति नहीं करने देता । स्वप्नों के नाटक के विभिन्न पात्र हमसे अलग न होकर हमारी ही भावनाओं और मनोवृत्तियों से निर्मित हमारी विभिन्न मानसिक अवस्थाएँ होते हैं । स्वप्न में हम 'स्वयं' अपने व्यक्तित्व के उस रूप में उपस्थित रहते हैं जिससे हमने अपना आत्मनिर्धारण कर लिया होता है । स्वप्नों की नाटकीयता द्वारा हम अपने आप को उस रूप में देखते हैं जिस रूप में हमारा उप-चेतन मन हमें देखता है ।

भयावह स्वप्न (nightmares)—लोग अपने स्वप्नों की उपेक्षा तो कर सकते हैं लेकिन भयावह स्वप्नों की नहीं कर सकते क्योंकि उनसे नीद ही नहीं उचटती वरन् उनका प्रभाव व्यक्ति पर पूरे दिन पड़ा रह सकता है । दिन में कुत्त से डरा बच्चा रात को किसी दैत्य का भयावह स्वप्न देखकर

दूसरे दिन भी भयभीत रहता है। अर्नेस्ट जोन्स ने भयावह स्वप्नों को शमन की गई किसी सेक्सुअल इच्छा पर केन्द्रित तीव्र मानसिक द्वन्द की अभिव्यक्ति कहा है। जोन्स के अनुसार भयावह स्वप्न में तीन बातें होती हैं : (१) पीड़ित करने वाला डर, (२) छाती पर बोझ का अनुभव करने से साँस लेने में बाधा पड़ना और (३) शारीरिक अंगों के सुन्न या शिथिल होने का बोध और साथ ही साथ हृदय का जोर से धड़कना।

किन्तु उपर्युक्त तीनों बातों का कारण सेक्स के डर के अतिरिक्त अन्य प्रकार का डर भी हो सकता है। तीव्र मानसिक द्वन्द सेक्स के अतिरिक्त अन्य कारणों जैसे बचपन में दम घुटने के अनुभव या कठिन प्रसव से भी हो सकता है। स्वप्न और भयावह स्वप्न दोनों ही किसी न किसी समस्या का पुनरुत्पादन करते हैं किन्तु उनमें मुख्य भेद यह होता है कि स्वप्न तो उस समस्या के समाधान की ओर सकेत करता है किन्तु भयावह स्वप्न कोई समाधान प्रस्तुत नहीं करता। स्वप्न में हम दिन की कठिन समस्याओं से बचने के लिए सोते रहते हैं किन्तु भयावह स्वप्न में रात की डरावनी समस्याओं से बचने के लिये जग जाते हैं।

स्वप्नों और भयावह स्वप्नों में एक महत्वपूर्ण भेद और होता है। एक ही समस्या से सम्बन्धित विभिन्न स्वप्नों का रूप ज्यों-ज्यों समस्या का हल निकट आता है त्यों-त्यों बदलने लगता है, किन्तु भयावह स्वप्नों की पुनरावृत्ति एक ही रूप में महीनों और सालों तक हो सकती है। भयावह स्वप्नों का आधार बचपन या युवावस्था की डरावनी घटनाओं का अनुभव, अपनी ही प्रवृत्तियों से भयभीत होने का अनुभव या शारीरिक विकारों का अनुभव हो सकता है। नीचे बाल्यावस्था के अनुभव पर आधारित भयावह स्वप्न का एक उदाहरण दिया जा रहा है जिसमें सेक्सुअल प्रतीक तो मौजूद हैं किन्तु वह भयावह स्वप्न वास्तव में एक आघातिक (traumatic) अनुभव से सम्बन्धित है।

रोगी की उम्र डेढ़ साल की थी। उसे टहलने के बाद उसारे में बैठा दिया गया था जहाँ एक मिट्टी के तेल की बोतल रखी हुई थी जिसको उसने पी लिया। रोना-चिल्लाना सुनकर उसकी माँ दौड़ी आई और बच्चे को नमक का पानी पिलाया गया लेकिन इस उपचार का कोई असर नहीं हुआ। बाद में डाक्टर ने आकर रोगी बच्चे के पेट में नली डाली। इससे बच्चे को बड़ा ही आघातिक अनुभव हुआ। इसके बाद बच्चे को लगातार भयावह स्वप्न आने शुरू हुए जिनमें वह एक खम्भा और उसके नीचे गीली मिट्टी के बच्चों को देखा करता था। उसके भयावह स्वप्न का रूप यह था : “मैं एक गली में होकर जा रहा हूँ। रास्ते के दोनों ओर सफेद फूलों की तरह हिलती हुई

चीजें हैं। चारों ओर एक डरावनी निश्चलता छाई हुई है और मुझे लगता है कि कोई भयानक घटना होने वाली है। तब असम्भव संकट घटित होता है और कोई चीज बढ़ती-सी आती है और सब कुछ एक तग रास्ते से जाकर दूसरी ओर से निकल आता है। किसी चीज के बढ़ते-से आने का क्षण सबसे भयानक होता है।

ऊपर से देखने में यह भयावह स्वप्न बिलकुल निरर्थक लगता है। इस भयावह स्वप्न में सेक्सीय इच्छा के प्रतीक भी ढूँढे जा सकते हैं। किन्तु रोगी के विचार-साहचर्य के अनुसार यह भयावह स्वप्न मिट्टी के तेल पीने की घटना से सम्बन्धित था। रोगी के स्वतन्त्र सहचार (free association) से यह पता चला कि खम्भा मुँह द्वारा पेट के अन्दर डाली जाने वाली नली था, गीली मिट्टी के बच्चे रोगी का अपना ही रूप था, सफेद फूल डाक्टर के कोट पर लगे सीपी के बटन थे, डरावनी निश्चलता रोगी के शरीर के अकड़ जाने का प्रतीक थी और फूलों का हिलना रोगी का शारीरिक कम्पन था। तग रास्ता रोगी का गला था जिससे नली पेट में डाली और निकाली गई थी, नली का डाला जाना किसी चीज के बढ़ते-से आने का आघातक और पीड़ामय अनुभव था।

इसी प्रकार प्रसव के समय या बचपन के अन्य आघातक अनुभव व्यक्ति को याद नहीं रहते किन्तु उनके सस्कार मन पर पड़ जाते हैं और व्यक्ति के मन में जीवन के प्रति एक अप्रकृत डर पैदा कर सकते हैं। बाद में बचपन के आघातक अनुभवों के सस्कार अपनी अभिव्यक्ति भयावह स्वप्नों के रूप में जब तक करते रहते हैं जिनमें कोई न कोई समस्या तो अवश्य रहती है किन्तु उसके समाधान का कोई संकेत नहीं रहता। भयावह स्वप्नों की व्याख्या उचित ढंग से करके व्यक्ति के मन में घर कर गए अप्रत्याशित अप्रकृत डर को निकाला जा सकता है।

दिवा-स्वप्न (day-dreams)—काल्पनिक और परियों की कहानियों में हम सभी आनन्द लेते हैं किन्तु उन्हीं में रम जाने और उनको अपने दैनिक विचारों में बड़ा महत्व देकर अपनी मानसिक क्रियाओं का एक अविभाज्य अंग बना लेने को दिवा-स्वप्न कहा जाता है। स्वस्थ और प्रकृत व्यक्ति के दिवा-स्वप्न देखने का अनुमान करना कठिन होता है। इसके दो कारण हैं। एक तो दिवा-स्वप्नों और अन्य प्रकार की कल्पना-प्रधान मानसिक क्रियाओं में कोई स्पष्ट विभाजन-रेखा नहीं खींची जा सकती। दूसरे, दिवा-स्वप्न व्यक्ति की प्रधान मानसिक क्रियाओं के साथ साथ भी चला करते हैं जिससे व्यक्ति चेतन रूप से उनकी उपेक्षा कर उन्हें महत्वहीन समझ सकता है। बड़े होने

पर हमें जीवन की कठोर वास्तविकता का सामना करने के लिए अपनी विचार-धारा को तार्किक और ऐतिहासिक क्रम से व्यवस्थित करना पड़ता है जिससे हमारी कल्पना बहुत कुछ सीमित हो जाती है ।

बच्चे अपनी उन्मुक्त कल्पना के कारण दिवा-स्वप्न अधिक देखते हैं । उनके दिवा-स्वप्नों का रूप प्रायः क्षतिपूर्क होता है । कमजोर लड़का अपने को रणभूमि के महान् वीर के रूप में देखता है, अकेला बच्चा कल्पनात्मक साथियों का निर्माण कर उनके साथ खेलता है । प्रौढ़ावस्था में दिवा-स्वप्नों का रूप ज्यादा रागात्मक और सेक्स सम्बन्धी हो जाता है । जब तब देखे जाने वाले दिवा-स्वप्न कालान्तर में व्यवस्थित होकर बच्चे के जीवन के निर्धारक भी बन सकते हैं ।

दिवा-स्वप्न देखना एक स्वस्थकर देखना प्रतीकात्मक क्रिया होती है । साहित्य सृजन और वैज्ञानिक अन्वेषणों में उसका निर्विवाद महत्व रहा है । किन्तु जब दिवा-स्वप्न एक सीमा से बाहर निकल जाते हैं तो उनका प्रभाव अस्वस्थकर बन जाता है । दिवा-स्वप्नों में अत्यधिक निरत व्यक्ति अपने दिवा-स्वप्नों में इतना आनन्द लेने लगता है कि सामाजिक जीवन से विमुख हो जाता है । प्रौढ़ व्यक्ति की एक प्रधान समस्या अपने को समाज के अनुरूप बनाकर सतुलित व्यवहार करना होती है । लेकिन व्यक्ति दिवा-स्वप्नों में अपने दोषों की क्षतिपूर्ति करके दिवा-स्वप्नों को वास्तविक सफलता का स्थापनापन्न बना सकता है । व्यक्ति को जीवन की वास्तविकता से विमुख और उदासीन बना देना दिवा-स्वप्न का बड़ा ही अस्वस्थकर प्रभाव होता है । और कही वर्णित स्काईजो-फ्रीनिया नामक मानसिक विकार के प्रारम्भिक लक्षण वास्तविकता से विमुख होना ही होते हैं ।

दिवा-स्वप्नों से अनेक खतरे भी पैदा हो जाते हैं । दिवा-स्वप्नों में अधिक निरत व्यक्ति दिवा-स्वप्न और वास्तविक घटनाओं में भेद कर सकने की क्षमता खो बैठता है । उसके लिए सत्य और कल्पना में बहुत कम भेद रह जाता है । दूसरे वह दिवा-स्वप्न द्वारा किसी अपराध या कुकर्म का प्रधान पात्र होने का विचार भी कर सकता है । दिवा-स्वप्न द्वारा वह किसी अपराध या कुकर्म की कल्पना ही नहीं करेगा वरन् उसे कार्यान्वित करने की इच्छा भी रखेगा और दिवा-स्वप्न में सोची गई परिस्थितियाँ आने पर अपने कल्पित अपराध या कुकर्म को कार्यान्वित करने को मजबूर हो जायगा । रूसी लेखक दोस्ताइवस्की के उपन्यास “अपराध और दण्ड” का प्रधान पात्र हमेशा हत्या का दिवा-स्वप्न देखा करता था और अनुकूल परिस्थितियाँ आने पर वह हत्या कर भी बैठा था ।

प्रत्यय

प्रत्यय (concept) भी प्रतीक (symbol) का एक प्रकार है । प्रत्यय एक ही जाति के पदार्थों में पाई जाने वाली उनकी कोई व्यापक विशेषता होती है जिसके आधार पर उस जाति के पदार्थों का अन्य जाति के पदार्थों से भेद किया जाता है । यदि दो पदार्थों में बहुत समानता हो तो उनमें भेद कर पाना कठिन होता है । कोयल और कौए में अत्यधिक समानता होने से ही उनमें भेद करना कठिन होता है । पदार्थों के प्रत्यय (concept) द्वारा हम सदृश उत्तेजनाओं के प्रति एक सी प्रतिक्रिया करते हैं । भेंड़िए को कुत्ता समझने पर हम उसके प्रति वही प्रतिक्रिया करेंगे जो कुत्ते के प्रति करते हैं ।

किसी जाति के पदार्थों का प्रत्यय बना चुकने के बाद उस प्रत्यय का सामान्यीकरण (generalisation) किया जाता है । सामान्यीकरण द्वारा उस जाति के हर पदार्थ में उसके विशिष्ट गुणों को पाने की आशा की जाती है । सामान्यीकरण का साधारण रूप सापेक्षीकरण में मिलता है । दूध का जला छाछ में भी दूध के जला देने वाले गुण का अनुचित सामान्यीकरण कर लेता है और छाछ को दूध की भाँति फूँक फूँककर पीता है ।

यदि हम प्रत्ययों (concepts) का सामान्यीकरण न करके भविष्य में किसी जाति के पदार्थों के प्रति वही प्रतिक्रिया न करें जो पहले करते रहे थे तो हम अपने अनुभव से लाभ उठाने से वंचित हो जाएँगे और सारा अनुभव निरर्थक हो जायगा । सामान्यीकरण न करने पर व्यवहार में एकरूपता और अविच्छिन्नता नहीं रह सकती ।

किन्तु प्रत्ययों को ध्रुव या अपरिवर्तनीय नहीं समझना चाहिए । अनुभव के विकास के साथ साथ प्रत्यय (concept) बदलते रहते हैं । पहले जमीन चपटी समझी जाती थी किन्तु अब गोल समझी जाती है । जब सामान्यीकरण गलत हो जाता है तो प्रत्ययों में परिवर्तन करने की आवश्यकता होती है ।

प्रत्ययों का निर्माण करना सीखने की तीन प्रणालियाँ हैं—आगमन (induction) प्रणाली, निगमन (deduction) प्रणाली और आगमन-निगमन प्रणाली ।

आगमन प्रणाली—इस प्रणाली द्वारा व्यक्ति दैनिक अनुभव में देखे हुए पदार्थों के प्रत्यय स्वाभाविक रूप से बनाता है । वह जिन पदार्थों में अत्यधिक सादृश्य पाता है उन्हें एक जाति में रखकर उनका कोई प्रत्यय बना लेता है । वह गाय को देखकर उसका प्रत्यय बना लेता है । फिर उसी गाय के सदृश अन्य पशुओं को देखने पर उन पर 'गाय' प्रत्यय का सामान्यीकरण कर देता है और इस प्रकार उन्हें भी 'गाय' जाति के अन्तर्गत ले आता है ।

—निगमन प्रणाली—इस प्रणाली द्वारा विभिन्न जातियों के पदार्थों की व्यापक विशेषताएँ व्यक्ति को पहले से ही बता दी जाती हैं। उसे बता दिया जाता है कि मनुष्य में बौद्धिकता होती है। इसके बाद वह जिस पदार्थ में बौद्धिकता पाता है उसे मनुष्य की जाति में रख देता है।

आगमन-निगमन प्रणाली—प्रत्यय (concepts) बनाने की यह प्रणाली सबसे अच्छी है। इस प्रणाली से उपर्युक्त दोनों प्रणालियों के दोष दूर हो जाते हैं। आगमन प्रणाली से हो सकता है कि व्यक्ति कोई प्रत्यय तो बना ले किन्तु उसे व्यक्त न कर पाए। निगमन प्रणाली से व्यक्ति प्रत्यय को खूब अच्छी तरह समझ सकता है किन्तु हो सकता है कि वह प्रत्यय की वास्तविक सार्थकता न जानता हो। यो तो विद्यार्थी अनेक परिभाषाएँ जानते हैं किन्तु वे उन परिभाषाओं की वास्तविक सार्थकता कम जानते हैं। आगमन-निगमन प्रणाली प्रत्यय-निर्माण के इन दोनों दोषों को दूर करती है।

भाषा

भाषा मौखिक (verbal) और लिखित प्रतीक (symbol) होती है। चिंतन करना, तर्क करना, दूसरों से बातचीत करना आदि प्रतीकात्मक क्रियाएँ भाषा के माध्यम से ही होती हैं। भाषा व्यक्ति का समाज से सम्पर्क स्थापित करने का सबसे महत्वपूर्ण प्रतीक है।

मनुष्य भाषा को सीखना और उसका उपयोग करना बचपन से ही शुरू कर देता है। बच्चे का माँ-बाप द्वारा बोले जाने वाले शब्दों से सापेक्षीकरण होता रहता है और वह अनुकरण करके चूक-चेष्टा द्वारा उन शब्दों का सही-सही उच्चारण करना सीखता है।

शब्दों का उच्चारण करना सीख लेने के बाद बच्चा उन्हें उत्तेजनाओं से सम्बन्धित करना सीखता है। बच्चे से जब दूध पीने को कहा जाता है तो वह 'दूध' शब्द को सफेद-सफेद तरल पदार्थ से और 'पीने' शब्द को गले से नीचे उतारने की क्रिया से सम्बन्धित करता है। फिर वह 'दूध' और 'पीने' शब्दों से एक पदार्थ और उसके प्रति की जाने वाली प्रतिक्रिया का सम्बन्ध जान लेता है।

इसके बाद बच्चा धीरे-धीरे अन्तर्दृष्टि द्वारा यह जान लेता है कि शब्द किसी पदार्थ या क्रिया के सूचक होते हैं। अब जब उसे भूख लगती है तो वह दूध शब्द से एक अनुपस्थित उत्तेजना की ओर संकेत करता है जो उसकी भूख मिटा सकती है। इस स्तर पर बच्चा भाषा को अनुपस्थित पदार्थों के प्रतीक (symbol) की भाँति इस्तेमाल करना सीख जाता है।

फिर धीरे-धीरे वह शब्दों से वाक्य बनाना सीखता है और तब लिखना-पढ़ना । लिखना-पढ़ना दूसरो का संदेश समझने और अपना संदेश दूसरों तक पहुँचाने का सर्वोत्तम प्रतीक है । लिखना एक विशेष प्रकार का सूक्ष्म मांस-पेशीय संगठन करने की कला है ।

प्रतीकों का व्यावहारिक महत्व

मनोवैज्ञानिक दृष्टि से प्राणी की प्रतिक्रिया का महत्व वही तक होता है जहाँ तक वह प्राणी को परिवेश से सतुलन करने में सहायता देती है । प्रतीकात्मक क्रिया भी प्राणी को परिवेश से सतुलन करने में सहायता देती है । अकेला बच्चा अपने कल्पित साथियों से खेल-खेलकर अपना मन भरता है और एक विषम स्थिति से अपना सतुलन करता है । प्रेम-कहानियाँ या साहस से भरे वर्णनो को पढ़कर हम सभी कल्पना द्वारा उन स्थितियों का आनन्द लेते हैं जिन स्थितियों की वास्तविकता में लोकलाज या खतरे के भय से नहीं पड़ा जा सकता । प्रेम कहानियाँ पढ़ना आदि ऐसी स्थितियों से प्रतीकात्मक सतुलन करना है जिनसे हम वास्तविक जीवन में किसी न किसी कारण वंचित रहते हैं । प्रतीकात्मक क्रिया वास्तविकता की स्थानापन्न होती है और एक सीमा तक सतुलन करने का अच्छा साधन है । किन्तु जब वह सीमा के बाहर जाकर वास्तविकता का स्थान ले लेती है तो मानसिक सतुलन को बिगाड़ भी देती है । प्रतीकात्मक क्रिया में उचित सीमा के बाहर उलझ जाने पर व्यक्ति का वास्तविकता से बहुत कम सम्बन्ध रह जाता है और वह सनकी या विक्षिप्त बन जाता है ।

सतुलन करने में सहायक होने के अतिरिक्त प्रतीकात्मक क्रिया समस्याओं को सुलझाने में भी सहायक बनती है । समस्या प्राणी को असतुलित कर देने वाली कोई स्थिति होती है । समस्याओं का समाधान सज्ञा-क्रिया के स्तर पर होता है, उदाहरण के लिए चूक-चेष्टा (trial and error) द्वारा समस्या का समाधान करना । सज्ञा-क्रिया के स्तर पर समस्याओं का समाधान करने में प्राणी अपनी मासपेशीय क्रिया का सहारा लेता है । कुछ समस्याओं का समाधान मानसिक स्तर पर किया जाता है । उदाहरण के लिए सोचना, कल्पना करना, तर्क करना आदि । मानसिक स्तर पर समस्याओं का समाधान करने में प्राणी को प्रतिमाओं, प्रत्ययों (concepts), भाषा आदि प्रतीको का सहारा लेना पड़ता है ।

ललित कलाओं का सृजन और वैज्ञानिक आविष्कार भी प्रतीको द्वारा ही सम्भव होते हैं । किन्तु लोगो की प्रतीकात्मक क्रिया करने की शक्ति में वैयक्तिक भेद होता है । प्रतीकात्मक क्रिया के वैयक्तिक भेद के कारण ही

व्यक्ति अपनी बात दूसरो को समझा सकने में प्राय असफल रहता है क्योंकि सबकी प्रतीकात्मक क्रिया अलग अलग होती है जिससे वे एक ही बात को सोचने के लिए विभिन्न प्रतिमाओं या अन्य प्रतीकों का सहारा लेते हैं।

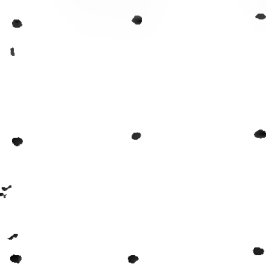
अब सोचने, तर्क करने और आविष्कार करने आदि विभिन्न प्रतीकात्मक क्रियाओं का अध्ययन कर लेना चाहिए।

सोचना

मनुष्य की मानसिक क्रिया ग्राहको द्वारा परिवेश की उत्तेजनाओं को ग्रहण करने और उनका सज्ञात्मक संगठन करने तक ही सीमित नहीं होती। वह उत्तेजनाओं का सवेदन, सज्ञा और पुनरावर्तन करने के अतिरिक्त उत्तेजनाओं के विषय में सोचता भी है। सोचने से वह परिवेश से अपना सम्बन्ध समझता है और प्राप्त किए गए अनुभव का विभिन्न स्थितियों की आवश्यकतानुसार विभिन्न तरह से उपयोग करता है।

सोचने की दिशा—किसी समस्या को हल करने के लिए सही दिशा में सोचना आवश्यक होता है। सोचने की दिशा ठीक न होने पर मामूली से मामूली बात की व्याख्या भी गलत ढंग से की जा सकती है। किसी को थका सा देखकर यह अनुमान करना कि वह व्यभिचार करके आया होगा या किसी को प्रसन्न देखकर यह अनुमान लगाना कि वह अपनी प्रेमिका से मिलकर आया होगा गलत दिशा में सोचने के उदाहरण हैं। सोचने की दिशा गलत होने पर दूसरो की मुखमुद्रा, सकेत, खाँसने, थूकने, बातचीत करने आदि महत्वहीन बातों के पीछे भी कोई न कोई प्रसंग ढूँढने की कोशिश की जाती है।

सोचने की सही दिशा का प्रभाव समस्या का सही हल निकाल लेने पर भी पड़ता है। गलत दिशा में सोचने से समस्या हल करने में बाधा पड़ती है। चित्र ६८ को देखिए। इसमें नौ बिन्दु हैं। इन सब बिन्दुओं को एक ही बार



चित्र ६८

में चार सीधी रेखाएँ खींचकर मिलाना है—लेकिन शर्त यह है कि पेंसिल न तो कागज से उठे और न किसी रेखा पर दुबारा फेरी जाय। इस समस्या

को हल करने के लिए आप अनेक दिशाओं में सोचेंगे। अगर हल न निकल सके तो समझ लीजिए कि आपके सोचने की दिशा ठीक नहीं है। समस्या का हल अध्याय के अन्त में देख लीजिए। तब आप इस समस्या का हल सोचने की सही दिशा जान जायेंगे।

सही दिशा में सोचने के लिए समस्या को कई तरह से देखना चाहिए, उसके नए नए अर्थों का अनुमान करना चाहिए और नवीन सम्भावनाओं को खोजना चाहिए। प्रसिद्ध गणितज्ञ गास छे साल का था। एक दिन उसके अध्यापक ने कक्षा के सामने यह समस्या रखी “ $1 + 2 + 3 + 4 + 5 + 6 + 7 + 8 + 9 + 10$ को जोड़ना है। देखें पहले कौन बताएगा?” गास ने जरा देर में ही हाथ उठा दिया जबकि अन्य लड़के $1 + 2 = 3 + 3 = 6 + 4 = 10 \dots$ ही कर रहे थे। अध्यापक को बड़ा आश्चर्य हुआ। उसने गास से इतनी जल्दी जोड़ निकाल लेने की तरकीब पूछी। गास ने उत्तर दिया कि अगर मैं भी $1 + 2 = 3 + 3 = 6$ ही करता तो जोड़ने में बड़ी देर लगती और जोड़ गलत भी हो सकता था, इसलिए मैंने यो जोड़ा १ और १० ग्यारह होते हैं, २ और ९ भी ग्यारह होते हैं... इस प्रकार के पाँच जोड़े हैं और पाँच बार ग्यारह ५५ होते हैं। अतएव सब अंको का जोड़ ५५ हुआ।” निस्सन्देह गास की तरह सोचने की क्षमता सबको प्राप्त नहीं होती। वह प्रतिभाशाली व्यक्तियों को ही मिलती है।

सोचना एक विशद मानसिक क्रिया है जिसके अन्तर्गत कल्पना करना, तर्क करना और आविष्कार करना आदि सभी प्रतीकात्मक मानसिक क्रियाएँ आ जाती हैं। आप अपने किसी विगत अनुभव, सैर सपाटे या किसी से मिलने के बारे में ‘सोच’ सकते हैं। विगत अनुभवों को सोचने पर आपके सामने उन अनुभवों की स्मृति-प्रतिमाएँ (memory images) आने लगती हैं। सैर-सपाटे में आप जिन जिन स्थानों पर गए थे, जो जो दृश्य देखे थे, जिन लोगों से मिले थे उनकी स्मृति-प्रतिमाएँ एक एक करके आने लगती हैं और आपकी सोचने की क्रिया में स्मृति-प्रतिमाओं की प्रधानता रहती है। स्मृति-प्रतिमा-प्रधान सोचने की क्रिया को कल्पना करना कहा जाता है।

कल्पना भविष्य विषयक भी हो सकती है। आप कल्पना कर सकते हैं कि अगली छुट्टियाँ कहाँ बिताई जायँ और कैसे बिताई जायँ। भविष्य विषयक कल्पना करने में आप भविष्य से अपनी स्मृति-प्रतिमाओं का सम्बन्ध नए ढंग से जोड़ते हैं। कल्पना करने में स्मृति-प्रतिमाओं की ही प्रधानता रहती है, भाषा की उतनी नहीं या बिल्कुल ही नहीं। स्मृति-प्रतिमाएँ अनुभव का पुनरावर्तन मात्र होती हैं, सृजनात्मक नहीं। कल्पना करना सृजनात्मक प्रतीकात्मक क्रिया में सहायक

बनती है क्योंकि सृजनात्मक क्रिया में स्मृति-प्रतिमाओं के आधार पर कोई नया प्रतीकात्मक सगठन सम्भव हो सकता है। सृजनशील सोचना वह होता है जिससे मानव-जाति के हित के लिए किसी नवीन वस्तु या विचार की सृष्टि होती है।

तर्क करना

तर्क करना सोचने का ही एक प्रकार है। वैसे तो प्रत्येक व्यक्ति कुछ-न-कुछ सोचता ही रहता है और यदि उससे पूछा जाय 'क्या सोच रहे हो?' तो वह उत्तर देगा 'कुछ नहीं यो ही।' किन्तु तर्क करना 'यों ही' सोचना न होकर उद्देश्यमूलक होता है। मनुष्य तर्क तब करता है जब उसके सामने कोई ऐसी समस्या आ जाती है जिसका पहले से ही कोई समाधान मौजूद न हो। तर्क करने में स्मृति प्रतिमाओं की उतनी प्रधानता नहीं रहती जितनी भाषा और प्रत्ययों (concepts) की। जब आप युद्ध के बारे में कल्पना करते हैं तो आपके सामने निर्दोष व्यक्तियों के खून, उनकी मुसीबतों, उनके मरने से उनके परिवार पर पड़ने वाली विपत्तियों, तोपों की गरज आदि के दृश्य-चित्र आते हैं जिनमें भाषा की प्रधानता नहीं भी हो सकती। किन्तु जब आप युद्ध के विरुद्ध तर्क करते हैं तो आपके सामने 'युद्ध' का प्रत्यय (concept) होता है और आप उस प्रत्यय को भाषा द्वारा दूसरों को बताकर युद्ध का विरोध करते हैं।

तर्क करना चूँकि किसी समस्या को सुलझाना होता है इसलिए तर्क करने और सीखने में घनिष्ठ सम्बन्ध है। सीखने में समस्या को सज्ञा-क्रिया के स्तर पर मासपेशीय क्रियाओं द्वारा सुलझाया जाता है किन्तु तर्क करने में मानसिक स्तर पर और प्रतीकों (symbols) की सहायता से। तर्क करने के बाद प्राणी में स्थितियों के अनुकूल प्रतिक्रिया करने के ऐसे सगठन बन जाते हैं जो पहले से नहीं रहते।

सीखने की भाँति तर्क करने में भी पूर्व अनुभव से लाभ उठाया जाता है। पूर्व अनुभव के आधार पर 'अनुमान' करना तर्क करने की एक नई विशेषता होती है। अनुमान पूर्व अनुभव पर आधारित एक नया ज्ञान होता है। अनुमान के आधार पर पूर्व अनुभव की या तो सज्ञा हो सकती है या प्रतीक रूप में उसका पुनरावर्तन, किन्तु अनुमान सदा प्रतीकात्मक होता है। धुएँ को देखकर आग का अनुमान करने में धुएँ की तो सज्ञा होती है किन्तु उसके आधार पर आग का जो अनुमान किया जाता है वह प्रतीक रूप ही होता है।

वास्तविक तथ्यों से मेल खाने पर अनुमान सही होता है और मेल न खाने पर गलत। अनुमान के गलत या सही होने का निर्णय करना तर्कशास्त्र (Logic) का विषय है। मनोवैज्ञानिक दृष्टि से अनुमान चाहे गलत हो

या सही वह फिर भी अनुमान होता है। अनुमान की सत्यता परिवेश के प्रसंग से जानी जाती है। यदि प्राणी को परिवेश का उचित और अच्छा ज्ञान न हो तो उससे अनुमान करने में गलती होती है। वच्चों का अनुमान परिवेश का अच्छा और पूर्ण ज्ञान न होने से ही गलत होता है।

एक सज्जन अपना फाउन्टेनपेन ठीक कराने एक दूकान पर गए। उनके साथ उनका पाँच साल का वच्चा भी था। दूकान पर लिखा था 'बीमार पेनो का अस्पताल।' वच्चे ने कौतूहलवश पूछा कि क्या पेन भी बीमार होते हैं। उत्तर मिला कि टूटे पेन बीमार कहे जाते हैं। इस पर वच्चे ने दूकानदार से कहा, 'देखो हमारे पेन को ठीक करने के लिए मीठी दवा देना।' वच्चे का यह कहना उसके अपूर्ण ज्ञान पर आधारित गलत 'अनुमान' का एक अच्छा उदाहरण है।

अनुमान की सत्यता की कसौटी तार्किक अनिवार्यता में होती है। तार्किक अनिवार्यता अनुभव का परिणाम होती है। हम जानते हैं कि कुत्ता बिल्ली से बड़ा होता है और हम 'बड़े होने' का प्रत्यय (concept) बना लेते हैं। बाद में जब हमसे कहा जाता है 'और घोड़ा कुत्ते से बड़ा होता है' तो हम तत्काल अनुमान कर लेते हैं कि 'इसलिए घोड़ा बिल्ली से बड़ा होता है' और हमारा अनुमान 'बड़े होने' के प्रत्यय की तार्किक अनिवार्यता का परिणाम होता है।

तार्किक अनिवार्यता कार्य-कारण सम्बन्ध पर निर्भर होती है। कार्य-कारण सम्बन्ध का प्रत्यय अनुभव के अवाधित होने पर बनता है। धुएँ और आग को सदा साथ-साथ देखा जाता है और चूँकि उनके साथ होने के अनुभव का कभी वाध (contradiction) नहीं होता इसलिए उनमें कार्य-कारण सम्बन्ध समझ लिया जाता है। जो अनुमान कार्य-कारण सम्बन्ध का विरोध करता है उसे असत्य माना जाता है। धुएँ को देखकर अगर पानी होने का अनुमान किया जाय तो वह असत्य होगा क्योंकि धुएँ और पानी में कार्य-कारण सम्बन्ध नहीं होता।

यों तो अनुमान की सत्यता पर तार्किक अनिवार्यता के कारण ही विश्वास किया जाता है किन्तु कुछ विश्वास ऐसे होते हैं जिनकी सत्यता के पीछे तार्किक अनिवार्यता न होकर सचारी-भावात्मक कारण होते हैं। धार्मिक पुस्तकों के वाक्यों पर विश्वास करना, बिना सोचे-समझे बड़ों की हर बात मान लेना तर्क करने की शक्ति की कमी के ही सूचक हैं।

तार्किक अनिवार्यता के अभाव और सचारीभावों की प्रधानता से बन गए गलत विश्वासों को हठभ्रम (delusion) कहा जाता है। अपने को ससार का सबसे पूर्ण विद्वान और सर्वाङ्गीण अनुभव-सम्पन्न व्यक्ति समझना, ईश्वर

का अवतार समझना, धर्म का संरक्षक समझना आदि हठभ्रम के कुछ उदाहरण हैं। हमारा समाज तो हठभ्रम का एक जीता-जागता अजायबघर ही है। जिधर देखिए उधर हल्दी की गाँठ लेकर बने बैठे पसारी गौरक्षक, वेदरक्षक, धर्मरक्षक, संस्कृति उद्धारक, परलोक सुधारक, संसार को अहिंसा का पाठ पढ़ाने वाले, सत्य का मार्ग दिखाने वाले घास-फूस की तरह मिल जायेंगे। हठभ्रम अगर इतने दृढ़ हो जायें कि गम्भीर सोच-विचार से भी न हट सके तो वे व्यक्ति के लिए अस्वस्थकर हो जाते हैं। कही और वर्णित पैरानोइया नामक मानसिक विकार कुछ हठभ्रमों पर ही आधारित होता है। पैरानोइया के प्रसंग में हठभ्रमों पर कुछ अधिक विस्तार से विचार करने का अवसर मिलेगा।

आविष्कार करना

आविष्कार करना सृजनात्मक सोचना होता है। सृजनात्मक सोचने का क्षेत्र बहुत बड़ा है। रेडियो, सिनेमा, हवाई जहाज, रेलगाड़ी, नदी पर पुल बनाना आदि आविष्कार सृजनात्मक सोचने के ही मूर्त उदाहरण हैं। किन्तु सृजनात्मक सोचने का क्षेत्र मूर्त वस्तुओं तक ही सीमित नहीं होता। शासन-व्यवस्था, शिक्षा-सुधार सम्बन्धी योजनाएँ बनाना, सिद्धान्तों का प्रतिपादन करना आदि अमूर्त बातें भी सृजनात्मक सोचने का परिणाम होती हैं।

मनुष्य का अपने पूर्व अनुभवों को नए रूप से व्यवस्थित करना ही सृजनात्मक सोचना होता है। तर्क करने में भी पूर्व अनुभवों को नए रूप से व्यवस्थित किया जाता है इसलिए तर्क करना भी सृजनात्मक सोचना होता है। फिर तर्क करने और आविष्कार करने में क्या अन्तर है ?

तर्क करने और आविष्कार करने का अन्तर उनके फल में होता है। तर्क करने में नये तथ्यों का अनुमान किया जाता है और उनकी सत्यता वास्तविकता के प्रसंग से जानी जाती है। आविष्कार करने में जिन नए तथ्यों की खोज की जाती है वे वास्तविकता से दूर होते हैं और जब तक वे मूर्त रूप में नहीं आ जाते तब तक उनकी सत्यता बाह्य जगत में न होकर आविष्कारक के मानसिक जगत में होती है।

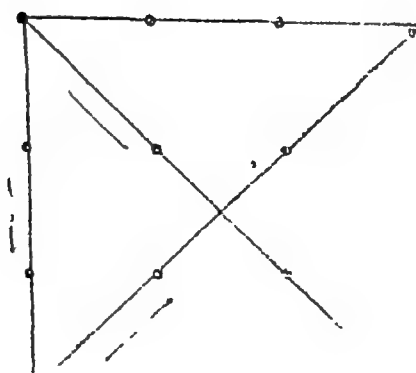
आविष्कार कर सकने की योग्यता बहुत कम व्यक्तियों में होती है। आविष्कार करने के लिए प्रतिभा चाहिये और प्रतिभा एक ऐसी चीज है जिसे अर्जित नहीं किया जा सकता। आविष्कार करना पूर्व अनुभव को नए ढंग से व्यवस्थित करना होता है इसलिये अनुभव के अभाव में प्रतिभा होते हुए भी आविष्कार नहीं किया जा सकता। अनुभव प्रतिभा को जाग्रत करने में सहायक बनता है।

सृजनात्मक मोचने पर प्रयोग नहीं किया जा सकता किन्तु सौभाग्य से अनेक आविष्कारक अपने सृजनात्मक अनुभवों का वर्णन छोड़ गए हैं। उन वर्णनों में आश्चर्यजनक सादृश्य मिलता है जिससे उनमें सृजनात्मक क्रिया की चार प्रमुख अवस्थायें मिलती हैं।

सृजन करने के पहले अनुभवों को एकत्र किया जाता है। अनुभवों को एकत्र करना सृजन की तैयारी की अवस्था होती है। इस तैयारी के बाद विचारक जिस तरह का सृजन करना चाहता है उसके प्रति अपना विन्यास बना लेता है और हर पैतरे से सोच-विचार करना रहता है। फिर एकाएक बिना चेष्टा किए उसके सामने सृजन का नया संगठित रूप उभर आता है जो उसे एक नवीन प्रेरणा से अनुप्राणित कर देता है। इसके बाद सृजन के नए रूप की परीक्षा उपादेयता और औचित्य की वास्तविकता के प्रसंग से की जाती है।

आविष्कार करना दैवी प्रतिभा का परिणाम होता है। प्रतिभाशाली व्यक्तियों के लक्षण बचपन से ही प्रकट होने लगते हैं। 'होनहार बिरवान के होत चीकने पात।' सृजनात्मक प्रतिभा मानव-जाति के गौरव की वस्तु है इसलिए 'होनहार बिरवान' को सीचने और अच्छी खाद देने में कोई कमी रखना मानव-जाति के गौरव के प्रति अन्याय करना है।

चित्र ६८ का हल



चित्र ६६

पाँचवाँ खण्ड

व्यक्तित्व

व्यक्तित्व

अब तक मनुष्य के जन्मजात, गत्यात्मक और अर्जित पक्ष का अध्ययन करने का प्रयास किया जा चुका है। जन्मजात क्षमताएँ और अर्जित कुशलताएँ शारीरिक और मानसिक क्रियाओं के विभिन्न प्रकार के सगठनों की विशेषताएँ और उनका परिणाम होती हैं। शारीरिक और मानसिक क्रियाओं के सगठनों का विश्लेषात्मक अध्ययन कर हम यह देख चुके हैं कि उनके किस तरह के सगठनों की विशेषताओं को सवेदन, अवधान, सज्ञा, सीखना, याद रखना, सोचना आदि नाम दिया जाता है। मनोविज्ञान में मनुष्य को प्रतिक्रियात्मक प्राणी समझ कर उसके व्यवहार का अध्ययन किया जाता है। मनुष्य के व्यवहार को उसकी विभिन्न क्षमताओं का विश्लेषण करके और उनका अलग अलग अध्ययन करके ही नहीं समझा जा सकता क्योंकि उसका व्यवहार उसकी एक-दो क्षमताओं पर निर्भर नहीं होता। मनुष्य का व्यवहार उसकी सारी शारीरिक और मानसिक क्रियाओं की सगठित इकाई का परिणाम होता है, इसलिए मनुष्य और उसके व्यवहार को अच्छी तरह समझने के लिए उसकी शारीरिक और मानसिक क्रियाओं की सगठित इकाई का अध्ययन अनिवार्य है।

सामान्यतः व्यक्तियों की जन्मजात क्षमताओं और अर्जित कुशलताओं में कोई बहुत बड़ा अन्तर नहीं होता, फिर भी उनकी क्षमताओं और कुशलताओं की सगठित इकाई उनके व्यवहार में इतना बड़ा अन्तर डाल देती है जिससे वे एक से लगते हुए भी एक से नहीं होते। न मालूम क्या बात हो जाती है कि एक ही मिट्टी और पानी से विभिन्न रंग और गन्ध के फूल पैदा हो जाते हैं, एक ही बीज के पेड़ में हजारों पत्तों के हजारों रूप बन जाते हैं। व्यक्ति-व्यक्ति के व्यवहार में विभिन्नता उत्पन्न करने वाली उनकी क्षमताओं और कुशलताओं की सगठित इकाई की विशेषता को व्यक्ति का त्व कहा जाता है।

व्यक्तित्व क्या है ?—व्यक्तित्व शब्द बहुत प्रचलित है और उसका उपयोग अनेक अर्थों में किया जाता है। दूसरे आदमियों पर अपने विचार प्रकट करते हुए लोग अक्सर यह कह देते हैं कि 'आदमी तो भला है किंतु उसका व्यक्तित्व कुछ नहीं है।' वे व्यक्तित्व को कोई ऐसा गुण समझते हैं जो कुछ भाग्यवानों को ही नमीव होता है। जनसाधारण व्यक्तित्व को 'आकर्षक' और 'बहुत बड़ा'

भी कह देते हैं क्योंकि वे व्यक्तित्व का अर्थ सुन्दर-स्वस्थ शरीर और अच्छे कपड़े पहनना या धनाढ्य और अच्छे ओहदे पर होना समझते हैं ।

मनोविज्ञान में व्यक्तित्व के इन प्रचलित भ्रामक अर्थों को स्वीकार नहीं किया जाता । मनोविज्ञान में व्यक्ति के व्यवहार का अध्ययन किया जाता है और प्रत्येक व्यक्ति के व्यवहार में थोड़ा-बहुत अन्तर होता है । व्यक्तियों के व्यवहार में अन्तर क्यों होता है ? जन्मजात क्षमताओं और अर्जित कुशलताओं पर आधारित उनकी गत्यात्मक प्रवृत्तियों के विशेष रूप से सगठित होने के कारण । गत्यात्मक प्रवृत्तियों के विशिष्ट सगठन को ही व्यक्तित्व कहा जाता है । व्यक्तित्व व्यक्ति की नहीं वरन् उसके व्यवहार की विलक्षणता का सूचक होता है । मनोविज्ञान में व्यक्तित्व शब्द विशेषण न होकर क्रियाविशेषण होता है ।

गत्यात्मक प्रवृत्तियों का निर्माण और सगठन व्यक्ति की रुचि, क्षमताओं, मूल्यों, आदर्शों, उद्देश्यों आदि के आधार पर होता है किन्तु व्यक्तित्व उन सबका योग न होकर उनका विभिन्न रूप से अन्तर्सम्बन्धित होकर और एक व्यवस्थित इकाई का रूप लेकर व्यक्ति के व्यवहार द्वारा अभिव्यक्ति होने लगना ही होता है ।

व्यक्तित्व व्यक्ति की सामाजिक अन्तर्क्रिया से निर्मित और विकसित होता है । सामाजिक अन्तर्क्रिया एक ओर तो व्यक्ति के स्वभाव को सशोधित करती है और दूसरी ओर प्रतिक्रिया करने वाले व्यक्तियों के व्यक्तित्व से भी निर्धारित होती है । विभिन्न सामाजिक स्थितियों पर उन स्थितियों में भाग लेने वाले व्यक्तियों के व्यक्तित्व की छाप पड़ती है । इस प्रकार व्यक्तित्व एक ओर तो पहले की गई अन्तर्क्रियाओं का परिणाम होता है और दूसरी ओर अन्तर्क्रियाओं को निर्धारित भी करता है जिससे व्यक्ति औरों को प्रभावित करने के साथ साथ स्वयं भी प्रभावित होता रहता है ।

इस प्रकार व्यक्ति की गत्यात्मक प्रवृत्तियों की व्यवस्थित इकाई स्थायी न होकर विकासशील होती है, इसलिए व्यक्ति के त्व को स्थायी नहीं समझ लेना चाहिए । व्यक्ति का त्व भी विकासशील होता है जिससे व्यक्ति अपने और अपने परिवेश से सतुलन करने के लिये जो प्रतिक्रियाएँ करता है वे अन्य लोगों की प्रतिक्रियाओं से विलक्षण होती हैं । विकासशील न होने पर व्यक्ति के त्व का परिवेश से सक्रिय सम्बन्ध नहीं रह सकता और जिसके अभाव में व्यक्ति का व्यवहार असतुलित हो सकता है । व्यक्तित्व व्यक्ति में अन्तर्निहित 'कुछ' न होकर व्यक्ति और परिवेश का अन्तराश्रित और सक्रिय अनन्वय सम्बन्ध होता है ।

व्यक्तित्व के निर्धारक

व्यक्ति की गत्यात्मक प्रवृत्तियों का संगठन ही उसका त्व होता है। गत्यात्मक प्रवृत्तियों का निर्माण और विकास व्यक्ति की मनोभौतिक परिस्थितियों पर निर्भर होता है और उसका त्व उन्हीं से निर्धारित होता है। व्यक्तित्व की व्याख्या भली-भाँति कर सकने के लिए व्यक्ति के मनोभौतिक निर्धारकों को जानना जरूरी है। किसी बात का संचालन करने वाले सिद्धान्तों का अच्छा ज्ञान होने से वह बात भी ज्यादा अच्छी तरह समझ में आ सकती है। व्यक्तित्व के निर्धारकों पर विचार करने से न केवल व्यक्ति के त्व के विकास को वरन् उसके स्वभाव को भी अच्छी तरह जाना जा सकता है।

व्यक्ति के त्व के निर्माण पर प्रभाव डालने वाली हर शारीरिक मनो-वैज्ञानिक, आनुवंशिक, सांस्कृतिक, सामाजिक बात व्यक्तित्व की निर्धारक होती है। यह निश्चय नहीं किया जा सकता कि व्यक्तित्व के अनेक निर्धारकों में क्या अन्तर्सम्बन्ध होता है और व्यक्तित्व के विकास में उनमें से किसकी सापेक्षिक प्रधानता रहती है।

मोटे तौर पर यह कहा जा सकता है कि व्यक्तित्व के जन्मजात पक्ष पर आनुवंशिकता (heredity) का प्रभाव शायद अधिक पड़ता है और अर्जित पक्ष पर आनुवंशिकता से अन्य निर्धारकों का। इससे यह नहीं समझ लेना चाहिए कि आनुवंशिकता और व्यक्ति का जन्मजात पक्ष एक ही चीज होती है। जन्मजात पक्ष का वाह्य प्रभावों द्वारा सशोधन होता रहता है जिसका अर्जित पक्ष पर परोक्ष या अपरोक्ष प्रभाव पड़ता है। संचारीभाव जन्मजात होते हैं किन्तु विकासक्रम में उनमें शिक्षा आदि से बहुत सशोधन हो जाता है। आनुवंशिक पक्ष का वाह्य प्रभावों द्वारा सशोधन नहीं हो सकता।

शारीरिक निर्धारक—शरीर के ग्राहको, प्रभावको आदि के विकास और उनके स्वस्थ रूप से क्रिया करने का व्यक्तित्व पर जो प्रभाव पड़ता है वह तो अब तक के विस्तृत वर्णन से स्पष्ट हो गया होगा। शारीरिक विकास से प्राणी की अव्यक्त क्षमताएँ सक्रिय बनती हैं और उनमें क्रियात्मक परिपक्वता आती है। शारीरिक विकास और परिपक्वता के अभाव में व्यवहार असंतुलित बन जाता है जिसके परिणाम-स्वरूप व्यक्तित्व में भी असंतुलन हो जाता है। ग्राहको और प्रभावको के अतिरिक्त व्यक्तित्व पर शरीर के ग्लैंडों (glands) की क्रिया का प्रभाव भी पड़ता है।

पिट्यूइचरी (pituitary) ग्लैंड शारीरिक वृद्धि तथा विकास और अन्य इन्डोक्रिन ग्लैंडों की क्रियाओं को नियमित करता है। उसकी क्रिया में

दोष होने से प्राणी या तो नाटा रह जाता है या बेहद लम्बा हो जाता है। ऐड्रीनल (adrenal) ग्लैंड ऐड्रीनैलिन (adrenalin) नामक हार्मोन का स्राव करते हैं जिससे खन में शक्कर अधिकता से आ जाती है और खून की ऑक्सीजन (oxygen) ग्रहण करने की क्षमता बढ़ जाती है। संचारीभावात्मक प्रतिक्रिया में ऐड्रीनल ग्लैंड का महत्व देखा जा चुका है। इस ग्लैंड के दोषपूर्ण होने से न्यूरोनीय उद्दीपन की क्षमता घट जाती है जिससे प्राणी व्यवहार कुशलतापूर्वक नहीं कर पाता।

गोनड (gonads) नामक इन्डोक्रिन ग्लैंडों के हार्मोन के स्राव से स्त्री-पुरुष का भेद और उसके सूचक लक्षण प्रकट होते हैं। यह ग्लैंड स्त्री-पुरुष की जननेन्द्रियों के विकास और परिपक्वता से सम्बन्धित होता है। बालपन से युवावस्था में प्रवेश करने के समय गोनडों की क्रिया का हमारे व्यक्तित्व पर भारी प्रभाव पड़ता है। थायरॉयड (thyroid) ग्लैंड के हार्मोन के अधिक स्राव से व्यक्ति बेचैन और कम स्राव से सुस्त बनता है।

आनुवंशिक प्रभाव—आनुवंशिकता शारीरिक व्यापार है और उसका प्रत्यक्ष प्रभाव व्यक्तित्व के उन्ही पक्षों पर पड़ता है जिनका आधार शारीरिक होता है। व्यक्ति के कद, शारीरिक गठन, आँख और खाल के रंग और चेहरे-मोहरे का अपने माँ-बाप के अनुरूप होने का आधार क्रोमोजोम्स की विशेषताओं में होता है। व्यक्ति में उसके माँ-बाप दोनों के क्रोमोजोम्स होने को आनुवंशिकता (heredity) कहा जाता है।

मनोवैज्ञानिक क्षमताएँ जहाँ तक शारीरिक रचना पर निर्भर होती हैं वहाँ तक उन पर आनुवंशिकता का परोक्ष प्रभाव अवश्य पड़ता है। प्रयोगात्मक खोजों से यह पाया गया है कि सगीत की विशेष योग्यता और मानसिक रोग आदि आनुवंशिकता से विशेष रूप से प्रभावित होते हैं। सगीतज्ञों की अनेक पीढ़ियाँ सगीत के प्रति विशेष रुझान रखते पायी गई हैं।

परिवेश का प्रभाव—हम प्राणी के प्रतिक्रियात्मक पक्ष का अध्ययन उसके परिवेश के प्रसंग में करते रहे हैं। परिवेश का अर्थ होता है प्राणी को परिवेष्टित करने या घेरने वाला। प्राणी पैदा होने के समय से जीवन के अन्त तक अनेक तरह से 'घिरा' रहता है। माँ के गर्भ में प्राणी अपनी आनुवंशिकता के परिवेश में रहता है और उस समय उस पर माँ के शारीरिक तथा मानसिक स्वास्थ्य और संचारीभावात्मक प्रवृत्तियों का पूरा प्रभाव पड़ता है।

गर्भ से बाहर आने पर प्राणी के सामने बाह्य जगत का परिवेश होता है। बाह्य परिवेश के अनेक पक्ष होते हैं, जैसे पारिवारिक, सामाजिक, सांस्कृतिक, धार्मिक इत्यादि। व्यक्तित्व को बनाने-बदलने में बाह्य परिवेश के हर

पक्ष की शक्तियों का प्रभाव पड़ता है। बाह्य परिवेश प्राणी के व्यक्तित्व के विकास पर अलग अलग तरह से और विभिन्न मात्रा में प्रभाव डालते हैं।

व्यक्तित्व के निर्माण पर घर के लोगो की मनोवृत्ति, उनकी रुचियो, संचारीभावात्मक स्थिरता, आर्थिक स्थिति, सफाई आदि का भारी प्रभाव पड़ता है। घर से बाहर व्यक्तित्व पर पड़ोसियो, मिलने-जुलने वाले लोगो, सामाजिक घटनाओ, क्रियाओ और अनुभवो का व्यापक प्रभाव पड़ता है। घर और शिक्षालय व्यक्तित्व को ढालने वाले मुख्य साँचे हैं। शिक्षालय में मित्रता, शिक्षा, सयम, सहयोग, प्रतिद्वन्दिता आदि से चरित्र का विकास होता है और व्यक्ति परिवेश की विभिन्नताओ के प्रति तरह तरह से सतुलित व्यवहार करना सीखता रहता है।

घर और शिक्षालय के अतिरिक्त व्यक्ति जिस बिरादरी, मध, राजनीतिक या धार्मिक सम्प्रदाय का सदस्य होता है या बनता है उसके व्यक्तित्व पर उन सस्थाओ के आदर्शों, मूल्यों और दृष्टिकोणो का भी प्रभाव पड़ता है।

सांस्कृतिक प्रभाव—व्यक्तित्व के निर्माण में सांस्कृतिक प्रभाव का भी बड़ा महत्व होता है। सांस्कृतिक प्रभाव से तात्पर्य रीति-रिवाजो, परम्पराओ, प्रथाओ आदि से है। हर जाति या देश की संस्कृति अलग होती है और उस जाति और देश के लोगो पर उसका प्रभाव पड़ता है। सांस्कृतिक प्रभाव की झलक उस संस्कृति में पले प्रत्येक व्यक्ति के व्यवहार में थोड़ी बहुत अवश्य रहती है। सांस्कृतिक शक्तियाँ परिवेश की शक्तियों की भाँति व्यक्ति के अत्यन्त निकट नहीं होती किन्तु फिर भी वे उसके व्यक्तित्व को निर्धारित कर सकती हैं।

शिक्षा और उद्देश्य का प्रभाव—व्यक्तित्व पर शिक्षा का भी भारी प्रभाव पड़ता है। शिक्षा का क्षेत्र व्यक्ति के पढ़ने, लिखने और विभिन्न प्रकार की कुशलताएँ अर्जित करने तक ही सीमित नहीं होता। शिक्षा में सयम, शिष्टाचार और सामाजिक आदते बनना भी होता है। सयम, शिष्टाचार और आदतें बच्चा अपने माँ-बाप का अनुकरण करके सीखता है। माँ-बाप बचपन में अपने बच्चे को जिस ढंग से सयमित करके उसकी जैनी आदते बना देते हैं वे आगे चलकर बच्चे के त्व के निर्माण और विकास को निर्धारित करती हैं।

गत्यात्मक प्रभाव—किन्तु व्यक्ति अपने आन्तरिक और बाह्य परिवेश का कठपुतला नहीं होता। वे उसे जिन साँचे में ढाल देते हैं वह पैना ही नहीं बन जाता। व्यक्ति अपने परिवेश के हाथ-का गिल्लीना नहीं होता, उनमें घपना निर्माण करने की क्षमता भी होती है। मनुष्य के दो पक्ष होने हैं—यह प्रवृत्ति के हाथ का कठपुतला भी होता है और उसका निर्माता भी, अपराधी भी और

न्यायकर्त्ता भी, सागर की लहरों पर उछलने वाला काग का टुकड़ा भी और सागर की छाती को चीरकर अपना मार्ग निर्धारित करने वाला जहाज भी ।

मनुष्य में वरण कर सकने की क्षमता होती है और वह वरण द्वारा अपने लक्ष्य और उसको प्राप्त करने की दिशा में व्यवहार करने का निर्धारण करता है । यह ठीक है कि मनुष्य आनुवंशिकता, शारीरिक क्षमताओं और विशेषताओं का वरण नहीं कर सकता किन्तु वह अपने व्यक्तित्व के उन निर्धारकों का वरण अवश्य कर सकता है जिन पर आत्मनियंत्रण कर सकना सम्भव है । आदतों को बनाने-बिगाड़ने, सायास व्यवहार करने, उचित ढंग से सोचने आदि का आत्मनियंत्रण करना सम्भव है और किया जा सकता है ।

वरण द्वारा अपनी गत्यात्मक दिशा को निर्धारित करना आत्मनिर्धारण करना कहलाता है । आत्मनिर्धारण द्वारा व्यक्ति किसी अन्य व्यक्ति, सस्था, जाति या समाज से अपना तादात्म्यीकरण (identification) कर लेता है । तादात्म्यीकरण कर लेने से व्यक्ति अपनी मानसिक शक्ति को आत्मनिर्धारित लक्ष्य की प्राप्ति करने के लिए लगाता है । आत्मनिर्धारण से चरित्र का निर्माण होता है । ईमानदारी, सच्चाई, वफादारी, जिम्मेदारी आदि चारित्रिक विशेषताएँ आत्मनिर्धारण द्वारा तादात्म्यीकरण करने का ही परिणाम होती हैं । आत्मनिर्धारण की क्षमता रखने से ही मनुष्य को नैतिक (ethical) प्राणी कहा जाता है क्योंकि उसमें आत्मनिर्धारण द्वारा चरित्र का निर्माण करने की क्षमता होती है जो अन्य प्राणियों में नहीं होती ।

व्यक्तित्व व्यक्ति की गत्यात्मक प्रवृत्तियों का गतिशील और परिवर्तनीय संगठन होता है । यह समझना कि 'मैं जो कुछ हूँ वही हूँ' अपने को धोखे में डालना है । व्यक्तित्व व्यक्ति और परिवेश के हजारों प्रकार के अन्तर्सम्बन्ध और उससे उत्पन्न होने वाली आन्तरिक और बाह्य स्थितियों के प्रति किए गए व्यवहार से प्रतिक्षण और प्रतिदिन निर्मित, परिवर्तित और आत्मनिर्धारित होता रहता है । गत्यात्मक प्रवृत्तियों की सशोधनशीलता के कारण व्यक्ति विभिन्न प्रकार की विषम स्थितियों में प्रकृत रूप से व्यवहार कर सकने योग्य बनता है । व्यक्ति के व्यवहार का प्रकृत होना उसके व्यक्तित्व से सापेक्षीकृत और निर्धारित होता है । प्रकृत व्यवहार व्यक्ति के त्व के अच्छी तरह निर्मित होने पर निर्भर होता है ।

व्यक्तित्व का व्यवस्थापन

व्यक्तित्व के व्यवस्थापन को समझने के लिए मनोविश्लेषणात्मक दृष्टिकोण का आवार लेना अनिवार्य सा हो गया है । सच तो यह है कि व्यक्तित्व के

व्यवस्थापन को मनोविश्लेषणात्मक दृष्टिकोण से अलग करके समझना असम्भव सा है। मनोविश्लेषणात्मक दृष्टि से व्यक्तित्व का व्यवस्थापन इड (id), ईगो (ego) और सुपर-ईगो (super ego) से होता है। प्रकृत व्यक्तित्व में उनका व्यवस्थापन सामञ्जस्यपूर्ण रहता है। वे पारस्परिक सहयोग से क्रिया करके व्यक्ति को परिवेश से अच्छी तरह सतुलन कर सकने के योग्य बनाते हैं। किसी कारण से उनका सामञ्जस्य भग होने पर व्यक्तित्व अव्यवस्थित बन जाता है। ऐसी दशा में व्यक्ति परिवेश से अपना सतुलन नहीं कर पाता जिससे उसे गहरा असन्तोष होता है और उसकी कार्यकुशलता कम हो जाती है।

इड—फ्रायड ने इड (id) को मनोशक्ति का मूल या केन्द्र माना है। इड का काम बाह्य या आन्तरिक उत्तेजना के दबाव से पैदा होने वाले तनाव को दूर करने के लिए शक्ति देना होता है। तनाव दूर होने से सुख मिलता है इसलिए फ्रायड ने इड के कार्य से मिलने वाली तृप्ति को सुखापेक्षी-सिद्धान्त (pleasure principle) कहा है। इड की शक्ति से हमारे जन्मजात प्रेरकों की आवश्यकताओं की तृप्ति होती है। इड जन्मजात आवश्यकताओं की तृप्ति प्रक्षिप्त क्रियाओं द्वारा करती है। यदि हर प्रकार के तनाव प्रक्षिप्त क्रियाओं द्वारा ही दूर हो सकते तो शायद मनोवैज्ञानिक विकास की कोई आवश्यकता नहीं रह जाती। किन्तु प्रक्षिप्त क्रियाओं से हर प्रकार के तनाव दूर नहीं हो पाते। भूख लगने पर पेट में तनाव होने मात्र से खाना नहीं मिल जाता। खाना पाने के लिए मनुष्य और अन्य प्राणियों को प्रक्षिप्त क्रियाओं के अतिरिक्त अन्य स्तर की चेष्टाएँ भी करनी पड़ती हैं।

मनुष्य को मनोवैज्ञानिक विकास की आवश्यकता इसलिए और पड़ती है कि उसके सभी तनाव हर बार दूसरों की सहायता या प्रक्षिप्त क्रियाओं से दूर नहीं हो पाते। इसके लिए उसे समय और शिक्षा का सहारा लेना पड़ता है। किन्तु समय और शिक्षा से जहाँ कुछ तनाव घटते हैं वहाँ कुछ नए पैदा भी हो जाते हैं। मानवी विशेषताएँ और विफलताएँ इड को विकसित करने की प्रेरणा देती हैं। हमारी विभिन्न आवश्यकताओं की तृप्ति जिन विभिन्न वस्तुओं से होती है, हमारे मन में उनकी स्मृति-प्रतिमाएँ बन जाती हैं। उदाहरण के लिए रात के समय बच्चे के मन में साँच वस्तु के गुण, स्वाद, गन्ध आदि की स्मृति-प्रतिमाएँ बन जाती हैं। बाद में अगर बच्चे को भूख लगे ही खाना नहीं मिलता तो उसके सामने खाने की स्मृति-प्रतिमा आ जाती है जो भूख से उत्पन्न तनाव को कुछ हद तक कम कर सकती है। इड के लिए स्मृति-प्रतिमा और वास्तविक वस्तु में कोई भेद नहीं होता। स्वप्न इसके अच्छे

उदाहरण है। स्वप्न-प्रतिमाएँ बिल्कुल वास्तविक लगती हैं। तनाव कम करने के लिए किसी वस्तु की प्रतिमा का निर्माण करने को इच्छापूर्ति कहा जाता है। फ्रायट ने स्वप्नों को इसी अर्थ में इच्छापूर्ति कहा है।

किन्तु मनुष्य की आवश्यकताओं की पूर्ति केवल स्मृति-प्रतिमाओं से ही नहीं हो सकती। भूखा व्यक्ति खाने की स्मृति-प्रतिमा मात्र से अपनी भूख शांत नहीं कर सकता। भूख मिटाने के लिए उसे उद्योग करना पड़ता है और उद्योग करने के लिए पहले यह जानना जरूरी होता है कि वह क्या करना चाहता है। एक भूखा आदमी जिसके सामने खाने की स्मृति-प्रतिमा होती है अच्छी तरह जानता है कि वह क्या पाना चाहता है। स्मृति-प्रतिमाओं के अभाव में व्यक्ति अपनी आवश्यकताओं को पूरा करने के लिए पशुओं की भाँति चूक-चेष्टाओं के अतिरिक्त कोई निश्चित कार्यविधि नहीं अपना सकता।

फ्रायट ने इड की कुछ और विशेषताएँ भी बताई हैं। इड मानसिक शक्ति का मूल स्रोत होती है। इड का जितना घनिष्ठ सम्बन्ध शरीर से होता है उतना बाह्य जगत से नहीं। इड की शक्ति अव्यवस्थित और चंचल होती है जिससे उसे एक दिशा से दूसरी दिशा की ओर बहुत आसानी से लगाया जा सकता है। समय और विकास के साथ इड में कोई परिवर्तन नहीं होता। बाह्य जगत से सम्पर्क न रखने के कारण इड व्यक्ति के अनुभवों से सशोधित या प्रभावित नहीं होती। हाँ, उसका नियंत्रण और नियमन ईगो द्वारा अवश्य होता है और हो सकता है। इड का कार्य-संचालन तार्किक नियमों से नहीं होता और उसमें नैतिकता और मूल्यों का कोई स्थान नहीं होता। इड के कार्य-संचालन का केवल एक ही आधार होता है—सुखायेंक्षी-सिद्धान्त के अनुसार आवश्यकताओं की तृप्ति।

इड की शक्ति या तो किसी क्रिया या इच्छापूर्ति में व्यय होती है या वह ईगो से प्रभावित होकर बँध जाती है। इड तनाव नहीं सह सकती। वह तत्काल तृप्ति चाहती है। वह प्रेरणारूप, अवबोधिक, स्वार्थपूर्ण और सुखप्रिय होती है। व्यक्तित्व का निर्माण इड की नींव पर होता है। इड चिंतन नहीं करती, केवल इच्छा या कार्य करती है। इड हमारे व्यक्तित्व का गहनतम स्तर होती है। उसका थोड़ा-बहुत ज्ञान स्वप्नों और न्यूरोटिक लक्षणों का अध्ययन करने से ही हो सकता है।

ईगो—आवश्यकताओं से पैदा होने वाले तनाव को दूर करने के लिए इड या तो प्रभावकीय क्रिया करती है या स्मृति-प्रतिमा बनाती है। यह दोनों क्रियाएँ जीवित रहने और पुनरुत्पादन करने के विकासात्मक लक्ष्य को पूरा

करने के लिए पर्याप्त नहीं होती। मनुष्य की सब आवश्यकताओं की पूर्ति उसकी प्रक्षिप्त क्रियाओं या इच्छाओं-मात्र पर निर्भर नहीं होती। अपनी आवश्यकताओं को पूरा करने के लिए उसे अपने परिवेश का सहारा लेना पड़ता है। आवश्यकताओं की पूर्ति के लिए वह अपने को या तो परिवेश के अनुकूल या परिवेश को अपनी आवश्यकताओं के अनुकूल बनाने की कोशिश करता है। व्यक्ति और परिवेश में सक्रिय सम्बन्ध स्थापित करने के लिए एक नए मनोवैज्ञानिक माध्यम की जरूरत पड़ती है—और वह माध्यम है ईगो (ego)।

ईगो का निर्माण परिवेश की अन्तर्क्रिया से होता है किन्तु उसके प्रस्फुटन का आधार आनुवशिकता और अनुभव की परिपक्वता में होता है। इड के विपरीत ईगो का घनिष्ठ सम्बन्ध बाह्य जगत और परिवेश से होता है। ईगो का कार्यसंचालन इड के कार्यसंचालन के विपरीत सुखापेक्षी-सिद्धान्त (pleasure principle) से न होकर वास्तविकतापेक्षी-सिद्धान्त (reality principle) से होता है। वास्तविकतापेक्षी सिद्धान्त शक्ति के प्रवाह को तब तक रोके रखता है जब तक आवश्यकता को पूरा करने वाली वांछित वस्तु नहीं मिल जाती। शक्ति का प्रवाह रुकने से तनाव पैदा होता है और ईगो में उस तनाव को सह सकने की क्षमता होती है। मनुष्य को जब तक खाने योग्य चीज नहीं मिल जाती तब तक वह बच्चों की भाँति किसी भी चीज को मुँह में नहीं रख लेता क्योंकि ईगो का विकास हो जाने से वह खाने योग्य चीज न मिल जाने तक अपने व्यवहार को रोक लेना सीख लेता है।

ईगो वास्तविकतापेक्षी अवश्य होता है किन्तु इसका यह अर्थ नहीं है कि वह सुखापेक्षी सिद्धान्त का विरोधी होता है। ईगो का काम इड की शक्ति को वास्तविकता के अनुरूप नियमित कर तनाव दूर करने (सुख पाने) का प्रयत्न करना होता है, चाहे इस प्रयत्न में पहले थोड़ा दुख ही क्यों न उठाना पड़े। ईगो इड को वास्तविकता-सापेक्ष सुख प्राप्त करने में सहायता देता है। वह वास्तविकता की माँग के अनुसार चिंतन करके इड की अव्यवस्थित शक्ति को व्यवस्थित ढंग से वास्तविक स्थिति के अनुकूल नियमित और प्रवाहित कर व्यवहार करता है। ईगो बाह्य जगत और इड के बीच मध्यस्थ होता है।

वास्तविकता के अनुकूल कार्य करने के अतिरिक्त इड की भाँति ईगो भी प्रतिमाओं का निर्माण करता है। दिवाम्बुध्न (daydreams) ईगो द्वारा निर्मित प्रतिमाएँ ही होते हैं। ईगो का प्रतिमा निर्माण करने का काम सुखापेक्षी-सिद्धान्त के अन्तर्गत होता है। किन्तु ईगो और इड के प्रतिमा निर्माण में एक बड़ा अन्तर है। ईगो प्रतिमा और वास्तविकता के भेद को जानता है

जबकि इड प्रतिमा और वास्तविकता में कोई भेद नहीं कर पाती। इड के लिए प्रतिमा वास्तविकता होती है। ईगो अपनी निर्मित प्रतिमाओं को सुखद और विनोदपूर्ण कल्पनाएँ ही समझता है जो उसको उसके गम्भीर कार्यों से कुछ देर के लिए छुट्टी दिला देती है।

सुपरईगो—व्यक्तित्व का एक नैतिक पक्ष भी होता है जिसे सुपरईगो (superego) कहा जाता है। सुपरईगो हमारे आदर्शों का प्रतिनिधि होता है, वास्तविकता का नहीं। सुपरईगो का मुख्य लक्ष्य सुख या वास्तविकता की कामना न कर पूर्णता प्राप्त करना होता है। सुपरईगो का निर्माण ईगो से ही होता है। बच्चा नैतिक धारणाएँ अपने माँ-बाप या बड़े-बूढ़ों से सीखता है। माँ-बाप जिसे अच्छा कहते हैं वह बच्चे के लिए अच्छा और जिसे बुरा कहते हैं वह बुरा होता है। बच्चा माँ-बाप के नैतिक मापदंडों का अपने अन्दर अंत-करण करके माँ-बाप का अनुमोदन पाने के लिए अपना व्यवहार उनकी इच्छानुकूल करता है। माँ-बाप पर निर्भर रहने के दीर्घकाल में बच्चे का सुपरईगो निर्मित होने लगता है।

सुपरईगो के दो पक्ष होते हैं एक ईगो-आदर्श (ego-ideal) और दूसरा विवेक (conscience)। बच्चे का ईगो-आदर्श माँ-बाप के नैतिक मापदंडों को ग्रहण करने से बनता है। माँ-बाप अपने मापदंडों के अनुसार अच्छा आचरण करने पर बच्चे को पुरस्कृत कर उसका ईगो-आदर्श बनाने में सहायता देते हैं। रोज नहाने पर अगर बच्चे को पुरस्कार मिले तो नहाना उसका ईगो-आदर्श बन जायगा। विवेक का निर्माण बच्चे के अन्दर तब होता है जब माँ-बाप द्वारा उसे किसी बुरे काम के लिए दंड मिलता है। माँ-बाप के मापदंडों के अनुसार अच्छा आचरण बच्चे के ईगो-आदर्श को और बुरा आचरण विवेक को निर्मित करता है।

पुरस्कार पाने से सुख मिलता है जिससे तनाव कम होता है। दंड मिलने पर दुःख होता है जिससे तनाव पैदा होता है। दंड-जन्य तनाव से बचने के लिए बच्चों को माँ-बाप और बड़े-बूढ़ों की इच्छानुकूल और हमें समाज-अनुमोदित ढंग से व्यवहार करना पड़ता है। पुरस्कार और दंड दो तरह के होते हैं भौतिक और मनोवैज्ञानिक। भौतिक पुरस्कार से भौतिक आवश्यकताओं की पूर्ति होती है। बच्चे को खिलौने या मिठाई देना भौतिक पुरस्कार और भाषा या मुखमुद्रा द्वारा समर्थन प्रकट करना या प्यार करना मनोवैज्ञानिक पुरस्कार होता है। शारीरिक पीडा पहुँचाना या कोई चीज छीन लेना या न देना भौतिक दंड और डाटना, प्यार न करना या घृणाभाव प्रकट करना आदि मनोवैज्ञानिक दंड होता है।

सुपरईगो का काम हमारी उन चंचल प्रवृत्तियों की अभिव्यक्ति को नियंत्रित करना होता है जिनसे सामाजिक या नैतिक व्यवस्था भग होने का खतरा रहता है। वे प्रवृत्तियाँ मुख्यतः सेक्स और युयुत्सा हैं। सुपरईगो व्यक्ति पर आन्तरिक नियंत्रण लगाकर उसे उच्छृंखल होने से रोकता है। ऐसा करने के लिए सुपरईगो भी पुरस्कार और दंड का सहारा लेता है। सुपरईगो के पुरस्कार का रूप अभिमान और दंड का रूप पाप या हीनता की भावना होता है। अच्छा काम करने वाले व्यक्ति में अभिमान पैदा होता है जो उसे सुपरईगो द्वारा दिया गया पुरस्कार होता है। जघन्य काम करने वाले के मन में अपने काम के प्रति लज्जा, घृणा और पश्चाताप की भावना पैदा होती है जो उसे सुपरईगो द्वारा दिया गया दंड होता है। इस प्रकार सुपरईगो व्यक्तित्व में अन्तर्निहित परम्परागत आदर्शों और नैतिक मूल्यों का संरक्षक होता है।

इड व्यक्ति के जैविक (biological) पक्ष की, ईगो व्यक्ति और परिवेश के सक्रिय सम्बन्ध जन्य वास्तविकता का और सुपरईगो सामाजिकता और सांस्कृतिक परम्परा का प्रतिनिधि होता है। तीनों में कोई स्पष्ट विभाजन-रेखा नहीं खींची जा सकती। वे केवल विभिन्न स्तर की मानसिक गत्यात्मकता का वर्णन करने का ढग मात्र हैं।

व्यक्तित्व का विकास—इड शक्ति का केन्द्र या मूल होती है। मूल प्रवृत्तियों से उत्पन्न होने वाली आवश्यकताओं की पूर्ति के लिए इड की शक्ति का उपयोग प्रक्षिप्त क्रियाओं और प्रतिमा-निर्माण द्वारा इच्छापूर्ति के रूप में होता है। प्रक्षिप्त क्रियाओं द्वारा इड की शक्ति का निकाम किसी प्रभावकीय क्रिया द्वारा जैसे खाना खाने में या सम्भोग के समय स्खलन में होता है। इड की शक्ति चंचल होती है जिससे उसे एक दिशा से दूसरी दिशा की ओर बड़ी आसानी से लगाया जा सकता है। शक्ति का एक दिशा से दूसरी दिशा में लगना विस्थापन (displacement) कहलाता है। बच्चे को अगर दूध की बोतल न मिले तो वह अपना अँगूठा ही चूसने लगता है क्योंकि वह बोतल और अँगूठे में भेद नहीं कर पाता जिम्मे बोतल और अँगूठा उनके लिए एक ही अर्थ रखते हैं। इड द्वारा विभिन्न वस्तुओं में भेद न कर सकने और उन्हें एक ही समझने को विधेय-चिंतन (predicate thinking) कहा जाता है। विधेय-चिंतन द्वारा व्यक्ति दो वस्तुओं में समता देखकर उन्हें एक ही समझता है। गुफा और योनि में कुछ समानता होने में या घुटनकारी करने और सम्भोग क्रिया में आरोह-अवरोह गति की समानता होने में एक को दूसरे का स्थानापन्न समझना विधेय-चिंतन के उदाहरण हैं। विधेय-चिंतन न्यूनो में विशेष रूप से मिलता है। विधेय-चिंतन जाग्रतावस्था में भी दिया जाता है।

जिससे व्यक्ति दो बातों में ठीक से भेद कर सकने के योग्य नहीं रह जाता । लाल बाल वाले लोगों के स्वभाव को उग्र मान लेना क्योंकि लाल रंग उग्र होता है विधेय-चिंतन का परिणाम है । साम्प्रदायिक भावनाओं में विधेय-चिंतन का काफी हाथ रहता है ।

ईगो के पास अपनी कोई शक्ति नहीं होती । ईगो का विकास और कार्य इड से शक्ति मिलने पर ही सम्भव होता है । ईगो को निर्मित करने वाले व्यापार जैसे स्मृति, भेद करना, चिंतन करना, कल्पना करना आदि जन्मजात और अप्रकट होते हैं । उनका जटिल कार्य इड से शक्ति मिलने पर ही सम्भव होता है । ईगो के सक्रिय होने का आधार तादात्म्यीकरण (identification) में होता है । इड आन्तरिक और बाह्य परिवेश में भेद नहीं कर पाती । भूखे व्यक्ति के मन में खाने की स्मृति-प्रतिमा बनती है किन्तु स्मृति-प्रतिमा बना लेने से ही तृप्ति नहीं मिलती । तृप्ति पाने के लिए भूखे व्यक्ति को बाह्य परिवेश में स्मृति-प्रतिमा से तादात्म्य रखने वाली किसी खाने की चीज की तलाश करनी पड़ती है । इस प्रकार इड को अपनी तृप्ति के लिए आन्तरिक और बाह्य परिवेश में विभेद करने और सतुलित व्यवहार कर सकने के लिए दोनों परिवेशों में सामञ्जस्य स्थापित करने की जरूरत पड़ती है । यह सामञ्जस्य तभी स्थापित हो सकता है जब मानसिक प्रतिमा या विचार और बाह्य परिवेश की वास्तविकता में सही सही तादात्म्यीकरण हो सके । इस जरूरत को पूरा करने के लिए इड को अपनी शक्ति प्रतिमा-निर्माण (इच्छा-पूर्ति) मात्र में ही न लगाकर बाह्य जगत का सही मानसिक चित्रण करने में भी लगानी पड़ती है । यहाँ इच्छापूर्ति का स्थान तार्किक चिंतन को मिल जाता है । इड-की शक्ति के इस प्रकार सज्ञात्मक (cognitive) व्यापारों में लगने से ईगो का विकास होना शुरू होता है । शक्ति का इड से ईगो की ओर पुनर्वितरित होना व्यक्तित्व के गत्यात्मक विकास में बहुत महत्वपूर्ण स्थान रखता है ।

ईगो के कार्यों से इड की आवश्यकताओं की तृप्ति अच्छी तरह और अधिक सफलता से होने से इड के शक्ति भण्डार से ईगो को दिनोदिन ज्यादा शक्ति मिलती है । प्रकृत दशाओं में ईगो इड के शक्ति भण्डार पर अपना बहुत बड़ा अधिकार कर लेता है और तब मूलप्रवृत्तियों को तृप्त करने के अतिरिक्त ईगो उस शक्ति का व्यय अन्य कामों के लिए भी करता है । ईगो शक्ति का व्यय सज्ञा करने, ध्यान देने, सीखने, याद रखने, चिंतन करने, कल्पना करने आदि मनोवैज्ञानिक व्यापारों को विकसित करने के लिए करता है जिससे ज्ञानवृद्धि के साथ साथ व्यक्ति के लिए उसके परिवेश का अर्थ बदलता जाता है और वह

परिवेश को बहुत बड़ी सीमा तक अपने अनुकूल बना सकने के काबिल बन जाता है। वैज्ञानिक आविष्कार इसके ज्वलन्त उदाहरण हैं।

ईगो शक्ति की कुछ मात्रा न्यूरोनीय प्रेरणाओं का अवरोध (inhibition) करने के लिए भी लगाता है जिससे वे प्रभावकीय द्वारों से प्रवाहित न हो सकें। अवरोध करने का प्रयोजन यह होता है कि वास्तविक स्थिति को समझकर काम करने से पहले कोई निश्चित योजना बना ली जाय जिससे काम सुविधा और अधिक कुशलता से सम्पन्न हो सके। ईगो शक्ति की कुछ मात्रा अपने साथ इड और सुपरईगो का सगठन करने के लिए लगाता है। इस सगठन से आन्तरिक सामञ्जस्य स्थापित होता है जिससे बाह्य परिवेश का सामना और अच्छी तरह किया जा सकता है। ईगो के अधिक सशक्त होने से इड की शक्ति घटने लगती है। अधिक सशक्त न बन पाने से ईगो यदि इड की आवश्यकताओं की तृप्ति सफलतापूर्वक नहीं कर पाता तो इड बचकाने स्तर पर इच्छापूर्ति ही कराती रहती है जिससे व्यक्ति के व्यवहार करने का ढंग परिपक्व नहीं हो पाता। नींद में ईगो कुशलतापूर्वक कार्य नहीं कर पाता जिससे इड अपनी आवश्यकताओं की पूर्ति के लिए मतिभ्रमात्मक (hallucinatory) प्रतिमाओं को उत्पन्न करती है जिनकी अभिव्यक्ति स्वप्नों के माध्यम से होती है।

माँ-बाप और बड़े-बूढ़ों के नैतिक मापदण्डों और आदर्शों से तादात्म्यीकरण (identification) करने से सुपरईगो का निर्माण होता है। माँ-बाप की भाँति सुपरईगो भी पुरस्कार और दण्ड देता है। सुपरईगो अपना पुरस्कार ईगो-आदर्श (ego-ideal) द्वारा और दण्ड विवेक (conscience) द्वारा देता है। विवेक इड और ईगो दोनों का विरोध करता है और सुवापेक्षी अथवा वास्तविकतापेक्षी दोनों सिद्धान्तों से प्रेरित कार्यों को रोकने की चेष्टा करता है। विवेक द्वारा लगाए गए अवरोध और ईगो द्वारा (इड पर) लगाए गए अवरोध में भेद होता है। ईगो अवरोध द्वारा नुकसान होने वाली प्रभावकीय क्रिया या विचार को निश्चित योजना बना लेने तक के लिए ही रोकता है किन्तु विवेक अवरोध द्वारा विचार को कार्यान्वित होने ही नहीं देता। ईगो मूलप्रवृत्तियों को आदेश देता है 'ठहरो', विवेक का आदेश होता है 'नहीं'।

ईगो और सुपर ईगो को इड की शक्ति तादात्म्यीकरण द्वारा मिलनी है। शक्ति मिलने पर ईगो और सुपरईगो इड के उद्देश्यों को या तो पनपा पराजित कर सकते हैं। यह तो देखा ही जा चुका है कि ईगो मूलप्रवृत्तियों की तृप्ति के लिए इड का नाश देता है। ऐसा लग सकता है कि सुपरईगो

नतिकताप्रिय होने से सुखाकाक्षी मूलप्रवृत्तियों का शायद हमेशा विरोध करता हो। किन्तु ऐसा नहीं है। इड मूलप्रवृत्तियों की तृप्ति के लिए सुपरईगो से भी काम लेती है। सुपरईगो भी इड की तृप्ति का माध्यम बन सकता है। इड व्यक्ति के सुपरईगो से अनैतिक कार्यों और कामी या दुराचारी लोगों की निन्दा करवा कर अपनी ही अनैतिक और कामुक प्रवृत्तियों को तृप्त करती है।

इड और सुपरईगो दोनों में एक सामान्य विशेषता यह होती है कि वे वास्तविकता पर पर्दा डालने की कोशिश करते हैं। दूसरे शब्दों में वे ईगो के वास्तविकतापेक्षी चिंतन में बाधक बनते हैं। ईगो परिवेश को जैसा वह होता है वैसा ही देखता है, सुपरईगो परिवेश को अपनी इच्छानुकूल जैसा होना चाहिए ईगो को वैसा ही देखने को विवश करता है। इसी प्रकार इड भी जगत को जैसा खुद देखना चाहती है ईगो को वैसा ही देखने को मजबूर करती है।

मनुष्य का शक्ति-भण्डार सीमित होता है। अगर ईगो को ज्यादा शक्ति मिलती है तो इड या सुपरईगो या दोनों कमजोर हो जाते हैं। व्यक्तित्व के गत्यात्मक विकास में शक्ति का वितरण परिवर्तित होता रहता है। मनुष्य का व्यवहार उसकी गत्यात्मकता से निर्धारित होता है। अधिकांश शक्ति का नियंत्रण सुपरईगो द्वारा होने पर व्यक्ति का आचरण नैतिकता-प्रधान, इड द्वारा होने पर मूलप्रवृत्त्यात्मक और ईगो द्वारा होने पर वास्तविकता प्रधान होता है। व्यक्ति जो कुछ है और जो भी करता है वह उसकी शक्ति-वितरण की अभिव्यक्ति होता है।

व्यक्तित्व के परिवर्तक

अब तक हमने मनोवैज्ञानिक विकास के जिन विभिन्न पक्षों का विवेचन किया है वे सभी मनुष्यों में पाए जाते हैं। यद्यपि सब मनुष्यों की मानसिक क्रियाएँ एक ही प्रकार के मनोवैज्ञानिक नियमों से संचालित और नियंत्रित होती हैं किन्तु फिर भी मनुष्यों में एक दूसरे से बहुत बड़ा भेद होता है। हर मनुष्य अनन्वय होता है और उसकी कुछ अपनी व्यक्तिगत विशेषताएँ होती हैं जिनके कारण उसका अन्य लोगों से भेद होता है। मनुष्यों में पारस्परिक व्यक्तिगत भेद का कारण बनने वाली विशेषताओं को व्यक्तित्व के परिवर्तक (variants) कहा जाता है।

वैज्ञानिक अध्ययन के लिए किसी न किसी परिवर्तक के आधार पर वर्गीकरण करना आवश्यक होता है। मनुष्यों का वर्गीकरण विभिन्न दृष्टिकोणों से हमेशा किया जाता रहा है। वर्गीकरण का अभिप्राय संक्षिप्त रूप से वर्णन करना होता है जो वैज्ञानिक दृष्टि से अत्यन्त आवश्यक है। गणित, रसायन तथा अन्य विज्ञानों में जो वर्गीकरण किया जाता है उसमें स्थिरता होती है। किन्तु जैविक-

सामाजिक (biosocial) या शारीरिक परिवर्तकों के आधार पर मनुष्यों का वर्गीकरण करना एक तो मुश्किल होता है और दूसरे उसमें मनुष्यों के वास्तविक भेद पर कोई समुचित प्रकाश भी नहीं पड़ता ।

वर्गीकरण द्वारा किसी तथ्य की उसी श्रेणी के तथ्यों से समानता और अन्य श्रेणियों के तथ्यों से भेद दिखलाना होता है । यदि दो तथ्यों में गुणात्मक (qualitative) अन्तर हो तो उनके बीच निश्चित विभाजन रेखा खींची जा सकती है । नमकीन और मीठे में गुणात्मक अन्तर होता है इसलिए दोनों में विभाजन रेखा खींचना आसान होता है । किन्तु जहाँ दो तथ्यों में केवल सापेक्षिक या परिमाणात्मक (quantitative) अन्तर हो तो उनके बीच निश्चित विभाजन रेखा खींचना मुश्किल ही नहीं भ्रामक भी होता है ।

एक मनुष्य का दूसरे मनुष्य से जो भेद होता है वह गुणात्मक न होकर सापेक्षिक होता है, इसलिए मनुष्यों का वर्गीकरण करना अत्यन्त भ्रामक है । हम मनुष्यों को 'छोटा', 'बड़ा' कहते हैं, किन्तु 'छोटा', 'बड़ा' सापेक्षिक शब्द है । नाटे आदमी से तुलना करने पर छोटा आदमी 'छोटा' नहीं रहता और पेंड से तुलना करने पर बड़ा आदमी 'बड़ा' नहीं रहता । सापेक्षिक शब्दों का व्यावहारिक महत्व तो होता है किन्तु वैज्ञानिक अध्ययन में उनका प्रयोग भ्रामक बन सकता है । सापेक्षिक तथ्यों के वर्गीकरण में पहली भ्रामक बात यह है कि सापेक्षिक भेद को गुणात्मक भेद समझा जा सकता है जिसमें तथ्यों का पारस्परिक सम्बन्ध अस्पष्ट बन जाता है । दूसरे, वर्गीकरण किसी तथ्य को ज्यादा अच्छी तरह समझने-समझाने के लिए किया जाता है किन्तु अक्सर यह देखा गया है कि किसी तथ्य का वर्गीकरण करने मात्र से लोगों की जिज्ञासा सन्तुष्ट हो जाती है और वे उसे आगे नहीं समझना चाहते । किसी तथ्य का वर्गीकरण करना मात्र उसे समझ लेना नहीं है । तीसरे, जिन तथ्यों का वर्गीकरण किया जाता है वे अक्सर बहुत जटिल होते हैं । जटिल तथ्यों का वर्गीकरण बाह्य परिवर्तकों (variants) के आधार पर किए जाने की सम्भावना रहती है । वर्गीकरण बाह्य परिवर्तकों के आधार पर न कर हमेशा आन्तरिक परिवर्तकों के आधार पर करना चाहिए ।

मनोविज्ञान का इतिहास बाह्य परिवर्तकों के आधार पर मनुष्यों का तरह-तरह से वर्गीकरण करने की चेष्टाओं से भरा पड़ा है । वात्स्यायन ने ग्रन्थी-पुरषों के जो भेद किए हैं वे बाह्य परिवर्तकों के आधार पर वर्गीकरण करने का अच्छा नमूना है । वात्स्यायन ने स्त्रियों को पद्मी, चिन्वी, जङ्गी, प्रो-हन्तनी और पुष्पी को धान, मूग, वृष और अन्य वर्गों में बाँटकर प्रत्येक को अलग-अलग विशेषताएँ बताई हैं । ~~वात्स्यायन ने स्त्रियों को निम्नलिखित~~ विशेषताएँ दी हैं —

कमल नयन युक्त क्षुद्र रन्ध्रा च नासा,
 कृशतनु मृदुवाणी दीर्घकेशा शुभागी ।
 परिहित मतियुक्ता पद्मधा सुवेशा,
 अविरल कुच युग्मा कीर्तित पद्मनी सा ।

इसी प्रकार वात, कफ, पित्त के आधार पर भी वर्गीकरण किया गया मिलता है। वात प्रकृति का मनुष्य कृशगात, द्रुतभाषी, चंचलमन और कम सोने वाला होता है। कफ प्रकृति का व्यक्ति सुडौल अग्र-प्रत्यग वाला, आकर्षक और बलवान होता है। वह गम्भीर और क्षमाशील होता है। उसका हृदय करुणा और दया से भरा रहता है। पित्त प्रकृति का मनुष्य क्रोधी, लाल नेत्र वाला, ज्यादा खाने वाला होता है। वह विद्वान होता है। उसके बाल जल्द सफेद हो जाते हैं और उसे पसीना अधिक आता है।

भरत मुनि ने तो अपने 'नाट्य शास्त्र' में स्त्रियों का वर्गीकरण स्वभाव के अनुसार करके उन्हें शेरनी, हिरनी और गाय के वर्गों तक में रख दिया है। उदाहरण के लिए जिस स्त्री की त्वचा रूक्ष, वाणी कर्कश, आंखें हल्के कथई रंग की हों वह शेरनी के स्वभाव की होती है, जिसकी नाक चपटी, उदर प्रदेश छोटा, बाल कम, आंखें बड़ी और लाल रंग की हों... उसका स्वभाव हिरनी के समान होता है, जिसके नितम्ब बड़े, मांसल और उठे हुए... हाथ और पैर छोटे हों उसका स्वभाव गाय का सा होता है।

आज भी कुछ विज्ञ इन्डोकीन ग्लैंडों के आधार पर मनुष्यों का वर्गीकरण करते हैं। व्यक्ति के विकास पर इन्डोकीन ग्लैंडों की क्रियाओं का जो प्रभाव पड़ता है उससे कौन इन्कार कर सकता है? किन्तु व्यक्ति के विकास पर आनुवंशिक तथा गत्यात्मक पक्ष और परिवेश के जो प्रभाव पड़ते हैं क्या उनकी उपेक्षा कर व्यक्ति को केवल उसके इन्डोकीन ग्लैंडों की क्रियाओं के आधार पर ही अच्छी तरह समझा जा सकता है? नहीं।

मूलतः सब मनुष्यों में समानता होती है। किन्तु उनमें अनेक प्रकार के भेद भी होते हैं और सौ आदमियों के भेदों का अध्ययन कर लेने पर भी एक सौ एकवें आदमी के भेद का अध्ययन करना एक समस्या बनी रहती है। मूर्ख और वृद्धिमान मनुष्य में कोई स्पष्ट विभाजन रेखा नहीं खींची जा सकती क्योंकि उन दोनों में सापेक्षिक भेद होता है, किन्तु वह भेद इतना बड़ा होता है कि एक को दूसरे के आधार पर समझा नहीं जा सकता। मनुष्यों के भेदों का अध्ययन करते समय हमें उनकी मूल समानताओं की उपेक्षा नहीं करनी चाहिए, नहीं तो उनके भेद को ठीक तरह से समझना जरा कठिन हो जायगा। उनके भेद को उनकी 'बहुमुखी समानताएँ' कहना ज्यादा ठीक होगा।

अन्तर्मुखता-बहिर्मुखता—यूक ने व्यक्तित्व के एक प्रकार के आन्तरिक परिवर्तको को अन्तर्मुखता (Introversion) तथा बहिर्मुखता (Extraversion) नाम दिया है जो मनोविज्ञान में अत्यन्त प्रचलित है। यूक के ही शब्दों में “मनुष्यों का एक वर्ग ऐसा है जो किसी उत्तेजना के प्रति प्रतिक्रिया करने से पहले कुछ भिन्नता सा है, मानो मन ही मन वह प्रतिक्रिया करने से इन्कार कर रहा हो।..मनुष्यों का एक दूसरा वर्ग ऐसा है जो किसी भी स्थिति में तत्काल प्रतिक्रिया करने को तैयार हो जाता है और ऐसा लगता है मानो उसे अपने व्यवहार के बिल्कुल ठीक होने पर पूरा विश्वास हो पहले वर्ग का रुझान अन्तर्मुखी होता है और दूसरे का बहिर्मुखी।”

मनुष्यों का अन्तर्मुखी (introvert) या बहिर्मुखी (extravert) होना उनका सापेक्षिक भेद होता है। यदि हम अत्यन्त अन्तर्मुखी व्यक्ति को एक रेखा के एक ओर के अन्तिम बिन्दु पर और अत्यन्त बहिर्मुखी व्यक्ति को दूसरी ओर के अन्तिम बिन्दु पर रखें तो शेष व्यक्तियों को दोनों बिन्दुओं को मिलाने वाली सीधी रेखा पर कहीं न कहीं रखा जा सकेगा। जो लोग रेखा के दोनों बिन्दुओं के बीच में रखे जायेंगे उन्हें उभयमुखी (ambivert) कहा जायगा। मनुष्यों का इस तरह वर्गीकरण करना वैज्ञानिक दृष्टि से अस्पष्ट है। इस प्रकार उनके अन्तर्मुखी या बहिर्मुखी होने की ठीक परीक्षा नहीं की जा सकती क्योंकि उन दोनों में कोई गुणात्मक भेद नहीं होता। अन्तर्मुखी या बहिर्मुखी होने की सापेक्षिक परीक्षा मनुष्यों के व्यवहार को देखकर की जाती है।

अन्तर्मुखी (introvert) मनुष्य संकोची तथा लज्जालु होता है। वह नयी स्थितियों को नापसन्द करता है और उनके प्रति सावधान रहता है, कभी कभी उनसे डरता भी है। वह एकान्त-प्रेमी होता है और कम लोगों से सम्पर्क रखता है। वह विचार और कल्पना-प्रधान होता है। वह ज्यादा संवेदनशील होता है। जरा जरा सी बात भी उसे जल्दी लग जाती है और वह चिंतित हो उठता है। वह हठी होता है और बहस करना पसन्द करता है। वह नवीन विचारों का समर्थक होता है और प्राचीन रीति-रिवाजों एवं परम्परागत बातों का ज्यादा आदर नहीं करता। वह कर्म की अपेक्षा उद्देश्य के प्रति ज्यादा सजग रहता है और उसका दृष्टिकोण आलोचनात्मक होता है। उसमें अपने आदर्शों और मूल्यों के प्रति अधिक उत्तन्नायी भावना होती है।

बहिर्मुखी व्यक्ति खुब मिलनमत्त होता है। वह हम काम में रुचि लेता है और जरा जरा सी बात पर चिंतित नहीं होता। वह ज्यादा आलोचनात्मक पसन्द करता है और दूसरों की बातों में जल्दी प्रभावित हो जाता है। उत्तन्ना

दृष्टिकोण कुछ रूढ़िवादी होता है और वह परम्परा का आदर करता है । वह अपने कर्म और उद्देश्यों के प्रति ज्यादा सजग नहीं रहता । वह हर समय दूसरी की सहायता करने को तैयार रहता है । वह असंख्य व्यक्तियों के सम्पर्क में आना चाहता है । ऐसा ही व्यक्ति हमारे व्यापारिक और सामाजिक जीवन को अधिक सफलता से चलाता रहता है । वह अपनी बातों तथा कर्मों पर अन्तर्मुखी व्यक्ति के विपरीत आलोचनात्मक दृष्टि कम डालता है ।

अन्तर्मुखी और बहिर्मुखी दोनों ही प्रकार के व्यक्तियों में कुछ अच्छाईयाँ-बुराईयाँ होती हैं । बहिर्मुखी व्यक्ति की सबसे बड़ी बुराई उसका ऊपरी दिखावा, गम्भीरता और आत्म-आलोचना की कमी होती है । अन्तर्मुखी व्यक्ति की बुराई उसकी एकान्तप्रियता और समाज से अलग रहने की इच्छा होती है । स्वस्थ सामाजिक जीवन के लिए दोनों प्रकार के व्यक्तियों का महत्व होता है । यद्यपि एक प्रकार के व्यक्ति दूसरे प्रकार के व्यक्ति को ठीक से समझ नहीं पाते और उनमें गलतफहमियाँ पैदा हो जाती हैं लेकिन सामाजिक दृष्टि से वे एक दूसरे के पूरक होते हैं ।

उपर्युक्त बातें अत्यन्त अन्तर्मुखी-बहिर्मुखी व्यक्तियों पर ही लागू होती हैं । अधिकांश व्यक्ति अत्यन्त अन्तर्मुखी-बहिर्मुखी नहीं हुआ करते । यद्यपि व्यक्तित्व के अन्तर्मुखी तथा बहिर्मुखी परिवर्तकों का भेद सापेक्षिक है किन्तु है वह बड़े महत्व का । यह भेद व्यक्ति के पूरे जीवन को प्रभावित करता है और इसी के आधार पर मनुष्य-मनुष्य की रुचियों, प्रवृत्तियों, भावनाओं, आदर्शों, दृष्टिकोणों और व्यवहार में बड़ा अन्तर पड़ जाता है । अन्तर्मुखता-बहिर्मुखता का अनुमान कर सकना उतना आसान नहीं है जितना कि ऊपर दिए गए वर्णन से लग सकता है । इस विषय में बहुत सी आमक धारणाएँ फैली हुई हैं । कुछ मनो-विज्ञानी अन्तर्मुखी व्यक्ति में अहम् भाव देखते हैं और बहिर्मुखी व्यक्ति के व्यवहार को ज्यादा प्रकृत (normal) और सतुलित मानते हैं । कुछ विद्वान अन्तर्मुखी व्यक्ति को स्वार्थी और बहिर्मुखी को निस्वार्थी मानते हैं । किन्तु इस प्रकार की धारणाएँ बिल्कुल निराधार हैं ।

यूक के अनुसार अन्तर्मुखी-बहिर्मुखी व्यक्ति का मुख्य भेद उनके अवधान और रुचि की दिशा में होता है । फ्रायट की भाँति यूक ने भी रागात्मक मानसिक शक्ति को लिविडो (libido) कहा है । अन्तर्मुखी व्यक्ति में लिविडो का प्रवाह आन्तरिक दिशा की ओर होता है और बहिर्मुखी व्यक्ति में बाहरी दिशा की ओर । इसीलिए अन्तर्मुखी व्यक्ति अपने में ही केन्द्रित होता है और बहिर्मुखी का केन्द्र बाह्य जगत में होता है । यूक ने अन्तर्मुखता-बहिर्मुखता को व्यक्ति के मनोभौतिक निर्माण की आनुवंशिक विशेषता माना है ।

व्यक्ति अवधान तथा रुचि की दिशा को आनुवशिक रूप में प्राप्त करता है—इसे स्वीकार नहीं किया जा सकता । अन्तर्मुखता-बहिर्मुखता का निर्धारण व्यक्ति की रुचि तथा अवधान की दिशा से न होकर उसकी मानसिक क्रियाओं के साथ रहने वाले चेतनता के अंश से होता है । यह देखा जाता है कि कुछ लोगो के व्यवहार में चेतनता का अंश ज्यादा रहता है और कुछ लोगो के व्यवहार में ज्यादा नहीं रहता । चेतनता का अंश ज्यादा रहने से लोग अपने व्यवहार और उसके परिणाम को अच्छी तरह समझते हैं । चेतनता का अंश कम रहने से लोग अपने व्यवहार और उसके परिणाम को अच्छी तरह नहीं समझते । अन्तर्मुखी व्यक्ति के व्यवहार में चेतनता का अंश ज्यादा रहता है और बहिर्मुखी में कम ।

यूक के प्रतिकूल अवधान तथा रुचि की दिशा को जन्मजात मानने का कोई आधार नहीं है । यदि अवधान और रुचि की दिशा जन्मत प्राप्त होने वाली होती तो वह बहुत छोटे बच्चों में भी स्पष्टतः पाई जाती । किन्तु ऐसा नहीं होता । छोटे बच्चों की रुचि और अवधान की दिशा सदा बहिर्मुखी ही होती है । बच्चे वयस्क लोगो की भाँति एकान्तप्रिय तथा विचार-प्रधान नहीं होते । किन्तु बड़े होने पर कुछ बच्चों की अवधान तथा रुचि की दिशा आत्मकेन्द्रित बनती है और कुछ की बाह्य-केन्द्रित । जो व्यक्ति अन्तर्मुखी होता है उसमें चेतनता का अंश जन्मत ज्यादा होता है । चेतनता का अंश ज्यादा होने से वह किंगी एक स्थिति के प्रति अत्यन्त सजग हो जाता है जिसके कारण वह अधिकांश अन्य स्थितियों से अपना सतुलन अच्छी तरह स्थापित नहीं कर पाता । किन्तु व्यक्ति अपनी मानसिक स्थितियों के प्रति ध्यान देने में उनका सजग नहीं रहना जितना बाह्य स्थितियों पर ध्यान देने में रहता है । चेतनता का अंश ज्यादा होने से व्यक्ति धीरे धीरे यह जान लेता है कि वह बाह्य स्थितियों की अपेक्षा अपनी मानसिक स्थितियों के प्रति अपना सतुलन अधिक आसानी से कर सकता है इसलिए ऐसे व्यक्ति में उसके मानसिक तथ्य बाह्य तथ्यों के स्थानापन्न बन जाते हैं ।

अन्तर्मुखी व्यक्ति की इस आत्म-चेतनता का परिणाम यह होता है कि वह बाह्य जगत की अपेक्षा अपने मानसिक जगत को ज्यादा महत्त्व देने लगता है । किन्तु सामाजिक प्राणी होने से वह अपने मानसिक जगत में ही निमग्न रहकर अपना काम नहीं चला सकता । उसे समाज में उठना-बैठना पड़ता है और तब वह सामाजिक जीवनसाधन की समस्याओं की प्रतिक्रिया का सामना करने के लिए जहाँ तक वह पड़ता है उनका सम्पूर्ण ध्यान लगता है । यह ध्यान को ज्यादा आदमियों की सोच में शोक से भरा नहीं जाता । आदमियों के

दौरान में अनेक प्रसंग छिड़ते रहते हैं और व्यक्ति को अपना ध्यान जल्दी जल्दी एक प्रसंग से दूसरे पर ले जाना पड़ता है। अन्तर्मुखी व्यक्ति को ऐसा कर सकने में जरा कठिनाई होती है और ध्यान या रुचि की दिशा परिवर्तन करने से कभी कभी उसकी मानसिक क्रियाओं का अवरोध हो जाता है जिससे उसे बड़ी बेचैनी सी मालूम होती है। इन्हीं कुछ कारणों से अन्तर्मुखी व्यक्ति अपने मानसिक जगत में ही ज्यादा स्वच्छन्दता से विचरण कर सकता है।

बुद्धि (Intelligence)—व्यक्तित्व का एक महत्वपूर्ण परिवर्तक (variant) बुद्धि है। बुद्धि की अनेक परिभाषाएँ दी जा चुकी हैं। कुछ विद्वान बुद्धि को एक विशेष क्षमता या योग्यता, कुछ सीखने की शक्ति और कुछ सम्बन्ध जान सकने की शक्ति कहते हैं। कुछ परिभाषाओं में बुद्धि को जन्मजात भी बताया गया है। किंतु अधिक ऊहापोह में पड़ने से कोई लाभ नहीं होता। बुद्धि विषयक ऊपर दी गई सब परिभाषाओं में एक सामान्य बात यह मिलती है कि बुद्धि समस्या सुलझाने को कहते हैं, चाहे वे समस्याएँ शिक्षा सम्बन्धी हों, व्यक्तिगत हों, राजनैतिक हों, सामाजिक हों या अन्य किसी प्रकार की हों। इस प्रकार बहुत कुछ निश्चित रूप से यह कहा जा सकता है कि बुद्धि कार्यात्मक कुशलता का एक स्तर होती है। बुद्धि का अध्ययन करने से हम समस्याओं का समाधान करने की योग्यता के प्रसंग में अपना ही अध्ययन करते हैं।

बुद्धि पर आनुवंशिकता का ज्यादा प्रभाव पड़ता है या परिवेश का ? यह प्रश्न बहुत महत्वपूर्ण है। दूसरे शब्दों में बुद्धि आनुवंशिक रूप में मिलने वाली कोई जन्मजात शक्ति होती है या अर्जित अनुभव का परिणाम होती है ? इसका समाधान तीन प्रकार से किया जा सकता है (१) आनुवंशिकता और परिवेश को यथासम्भव स्थायी रखकर, (२) आनुवंशिकता को स्थायी रखकर और परिवेश को परिवर्तित करके; और (३) आनुवंशिक विभिन्नता में परिवेश को स्थायी रखकर। इस प्रकार के प्रयोग जुड़वाँ बच्चों पर करके उपर्युक्त प्रश्नों का समाधान करने की चेष्टायें की गई हैं। यह माना जाता है कि जुड़वाँ बच्चों की आनुवंशिकता एक ही होती है। बाद में उनकी बुद्धि में जो अन्तर पाया जाता है वह परिवेश के प्रभाव का परिणाम होता है।

प्रयोगों से यह पता चला है कि यदि आनुवंशिकता और परिवेश एक ही हों तो बच्चों की बुद्धि में बहुत कम अन्तर पाया जाता है। दूसरे, बच्चों को अलग-अलग परिवेशों में रखने पर यह पता चलता है कि बुद्धि पर आनुवंशिकता का प्रभाव पड़ता है। तीसरे, आनुवंशिक विभिन्नता के लिए अनेक बच्चों को

एक से परिवेश में रखने पर यह पता चला है कि बुद्धि पर परिवेश की अपेक्षा आनुवशिकता का सापेक्ष प्रभाव ज्यादा पड़ता है।

मनुष्य के विकास के अनेक स्तर होते हैं और उसे हर स्तर की आवश्यकताओं के अनुरूप व्यवहार करके विभिन्न स्थितियों से अपना सतुलन स्थापित करना पड़ता है। वैज्ञानिक दृष्टि से बुद्धि उस मानवी कुशलता को कहा जाता है जिसके द्वारा मनुष्य नई-नई परिस्थितियों में अपने व्यवहार में आवश्यक परिवर्तन करके अधिक सफलतापूर्वक सतुलित प्रतिक्रियाएँ करता है। बुद्धि को जन्मजात कुशलता मात्र नहीं कहा जा सकता क्योंकि विभिन्न स्थितियों में सफल सतुलन करने के लिए मनुष्य अपने अर्जित अनुभव से भी लाभ उठाता है। पूर्व अनुभव के आधार पर किसी नई स्थिति के सभी विभिन्न पक्षों को अच्छी तरह समझकर मनुष्य अपना सतुलन अधिक सफलता से करने की कोशिश करता है। सफलतापूर्वक सतुलन कर सकना चूँकि अनुभव-सापेक्ष होता है इसलिए बुद्धि को जन्मजात-मात्र मानना अतिशयोक्ति होगा। दूरदर्शिता, शीघ्रता और व्यवहार करने के ढंग को बुद्धि का विशेष अंग माना जाता है। जो व्यक्ति जितना ही अधिक दूरदर्शी होगा, दूसरों की अपेक्षा स्थिति की जटिलता को जितनी ज्यादा शीघ्रता से समझेगा और जिसके व्यवहार करने का ढंग सतुलन की दिशा में दूसरों से जितना ही अच्छा और निराला होगा उसे उतना ही अधिक बुद्धिवाला कहा जायगा।

बुद्धि कोई ऐसी क्षमता नहीं होती जिसे अन्य मानसिक व्यापारों में अलग करके जाना जा सके। बुद्धि की धारणा मानवी व्यवहार के अन्तर का वर्णन करने के लिए बहुत उपयोगी है। मनोविज्ञान के अध्ययन का केन्द्र मानवी व्यवहार होता है। व्यवहार द्वारा मनुष्य प्रकट रूप में अपने कार्य में सफल हो सकता है या असफल। मनुष्यों के व्यवहार का अन्तर उनकी सफलता-असफलता के आधार पर जाना जाता है। जिस प्रकार में भौतिक पदार्थों की गति-शीलता की व्याख्या करने के लिए भौतिक शक्तियों की धारणा की जाती है उसी प्रकार मनुष्यों की सफलता-विफलता की व्याख्या के लिए उनमें निम्नी योग्यता के होने या न होने की धारणा कर लेना सर्वथा स्वाभाविक है—और वह योग्यता है बुद्धि।

बुद्धि-परीक्षण—बुद्धि के स्वरूप को जानने के लिए मनोविज्ञानियों ने बुद्धि के परिमाणात्मक परीक्षण के अनेक उपाय निकाले हैं। बुद्धि परीक्षण का इतिहास अल्फ्रेड बिनने के कार्यों में प्रारम्भ होता है। बिनने स्कूलों की शिक्षा की देखभाल करने वाला एक फ्रांसीसी प्रफेसर था। उसे घण्टा दिन घण्टाघण्टे में विद्यार्थियों की मानसिक क्षमता के भेदों के विषय में अनेक शिकायतें सुनने की

मिलती थी। विद्यार्थियों की मानसिक क्षमताओं में बड़ा भेद होने से उन्हें सामूहिक शिक्षा देना एक समस्या थी जो कि हमारे देश में आज भी ज्यों की त्यों बनी हुई है। विने ने स्कूलों में पढ़ने वाले लड़कों की बुद्धि-परीक्षा करने के लिए साइमन के सहयोग से १९०५ में एक प्रश्नावली तैयार की। प्रश्नावली का आधार यह था कि उम्र बढ़ने पर ज्ञान भी बढ़ता है और व्यक्ति किसी प्रकार की शिक्षा न पाने पर भी अपने अनुभव से बहुत कुछ सीख लेता है। ३ और ४ साल के बच्चों के ज्ञान में अवश्य अन्तर होगा। विने ने अपनी प्रश्नावली ३ से लेकर १५ साल के बच्चों की बुद्धि परीक्षा के लिए बनाई थी और इसका ध्यान रक्खा था कि उत्तरोपर स्कूल से प्राप्त ज्ञान का प्रभाव न पड़े। विने केवल ११, १३ और १४ साल के बच्चों के लिए उपयुक्त प्रश्न तैयार नहीं कर सका था। उसकी प्रश्नावली बहुत व्यापक थी और उसमें अनुभव के प्रत्येक क्षेत्र से सम्बन्धित बातें रक्खी गई थी।

विने ने मानसिक आयु की एक महत्वपूर्ण धारणा भी दी। अगर ७ साल का बच्चा प्रश्नावली में ७ साल के बच्चों के लिए दिए गए सभी प्रश्नों के सही उत्तर दे देता है तो उसकी वास्तविक आयु और मानसिक आयु बराबर समझी जाती है। अगर ७ साल का बच्चा ९ साल के बच्चों वाले प्रश्नों का ठीक उत्तर दे दे तो उसकी मानसिक आयु ९ वर्ष की होगी और अगर ९ साल का बच्चा केवल ७ साल के बच्चों वाले प्रश्नों का उत्तर दे सके तो उसकी मानसिक आयु ७ वर्ष की होगी। मानसिक आयु अगर वास्तविक आयु से ज्यादा हो तो बच्चा प्रखर बुद्धिवाला और अगर कम हो तो मन्द बुद्धिवाला कहा जायगा। विने का विचार था कि ९ वर्ष से कम आयु के बच्चों की मानसिक आयु अगर उसकी वास्तविक आयु से २ वर्ष कम हो और ९ वर्ष से अधिक आयु के बच्चों की अगर ३ वर्ष कम हो तो उसे बुद्धिहीन मानना चाहिए।

शुरू शुरू में विने के बुद्धि-परीक्षण को बड़ी सफलता मिली और परीक्षणों का व्यापक प्रचार हो गया। किंतु विने के बुद्धि-परीक्षण में बहुत सी कमियाँ थी। एक तो वह मुख्यतः पेरिस नगर के बच्चों के लिए बनाया गया था इसलिए अन्य देशों के बच्चों के लिए उपयुक्त नहीं था। दूसरे, प्रश्नावली के सब प्रश्न समान रूप से सन्तोषजनक भी नहीं थे। तीसरे, विने ने ९ वर्ष तक की आयु के सभी बच्चों के लिए वास्तविक आयु से मानसिक आयु की २ वर्ष की कमी को समान रूप से बुद्धिहीनता का सूचक बना दिया था जो उचित नहीं था। ५ साल के बच्चों की मानसिक आयु अगर ३ वर्ष की हो तो उसे उतना ही बुद्धिहीन मानना चाहिए जितना ९ साल के बच्चों को जिसकी मानसिक आयु ७ वर्ष की हो। दोनों ही २ साल पिछड़े हैं लेकिन एक ५ साल में ही उतना पिछड़ा

गया जितना दूसरा ६ साल में पिछड़ा। इसलिए दूसरे को पहले की तुलना में अधिक बुद्धिवाला मानना चाहिए। विने की प्रश्नावली के इन दोषों को दूर करने के लिए बुद्धि-परीक्षण की प्रश्नावली में अनेक संशोधनों की आवश्यकता हुई।

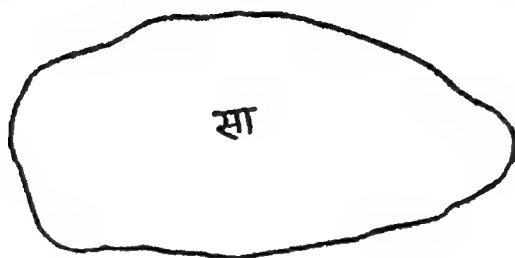
टर्मन का संशोधन—विभिन्न देशों के मनोविज्ञानियों ने विने के बुद्धि-परीक्षण का अपने देश के बच्चों की आवश्यकताओं के अनुकूल संशोधन किया है। टर्मन ने विने की प्रश्नावली में आवश्यक संशोधन कर उन्हें अमेरिका के बच्चों के लिए तैयार किया। टर्मन ने प्रत्येक प्रश्न की आयु-महत्ता (age value) निर्धारित कर दी, जैसे, ३ से १० साल तक के प्रत्येक प्रश्न की आयु-महत्ता २ महीने, १२ वें साल के प्रश्नों की २ महीने, १४ वें साल के प्रश्नों की ४ महीने। टर्मन ने सही उत्तरों की आयु-महत्ता के जोड़ को बच्चे की मानसिक आयु माना। इसके अतिरिक्त उसने स्टर्न द्वारा पूर्व प्रतिपादित बुद्धि-लब्धि (Intelligence quotient) की धारणा का प्रचार भी किया। किसी बच्चे की मानसिक आयु को उसकी वास्तविक आयु से भाग देने पर जो लब्धि प्राप्त होती है वही उसकी बुद्धि-लब्धि (I. Q.) होती है। ममभने-समझने की सुविधा के लिए औसत बच्चे की मानसिक आयु १०० मानकर बुद्धि-लब्धि को प्रतिशत में बताया जाता है। प्राप्त लब्धि को १०० से गुणा करके बुद्धि-लब्धि (I. Q.) का प्रतिशत निकाल लिया जाता है। उदाहरण के लिए अगर किसी ५ साल के बच्चे की मानसिक आयु ४ साल हो तो उसकी बुद्धि-लब्धि $\frac{4}{5} \times 100 = 80$ होगी। इस प्रकार औसत बच्चे की तुलना में वह केवल ८० प्रतिशत बुद्धिवाला होगा।

बुद्धि-लब्धि (Intelligence quotient) की धारणा बहुत व्यापक हो चुकी है और दैनिक बोलचाल में आ गई है। बुद्धि का अध्ययन करने में बुद्धि-लब्धि की धारणा में बहुत सी कमियाँ मिली हैं और बुद्धि-लब्धि की धारणा पर अनेक आपत्तियाँ की गई हैं। बुद्धि-लब्धि (I. Q.) में सम्पूर्ण मानसिक योग्यताओं की जाँच नहीं हो पाती। थर्स्टन का कहना है कि 'यह समझना कि बुद्धि-लब्धि से कोई आधारभूत कार्यात्मक इकाई की नाप हो जाती है बहुत गलत है जबकि बुद्धि-लब्धि केवल कार्यात्मक इकाइयों का संगठन मात्र होती है।' दूसरे 'बुद्धि-लब्धि की सबसे बड़ी कमी यह है कि उसने हमें यह पता नहीं चल पाता कि बच्चा किस प्रकार के मानसिक कामों को करने में बहुत कुशल होता है और किन क्षेत्रों में कमजोर होता है।'।

बुद्धि विषयक सिद्धान्त—बुद्धि-लब्धि की एकांगी धारणा में मनोवैज्ञानिकों ने अनेक मनोविज्ञानियों ने बुद्धि विषयक अनेक सिद्धान्तों का प्रतिपादन किया है। नीचे स्टर्न, स्पेयरमैन, टामनन, थर्नस्टाइन और गम्वेल जैसी मनोविज्ञानियों

के कुछ प्रमुख सिद्धान्तों के अध्ययन से बुद्धि के स्वरूप पर पर्याप्त प्रकाश पड़ सकेगा ।

(१) एकखंडी (Unifactor) सिद्धान्त—इस सिद्धान्त का प्रतिपादन स्टर्न ने किया है । इस सिद्धान्त के अनुसार बुद्धि एक सामान्य या एकात्मक योग्यता होती है । चित्र ७० को देखिए । इसमें एकात्मक योग्यता यानी बुद्धि



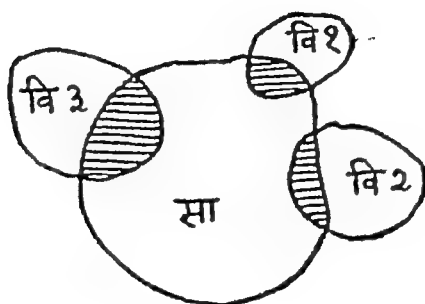
चित्र ७०

को सा (सामान्य) अक्षर द्वारा बताया गया है । सा को आवृत्त करने वाले वृत्त की टेढ़ी-मेढ़ी रेखा का अभिप्राय यह है कि आकृतिहीन होने से बुद्धि की परिभाषा दे सकना बहुत कठिन है । प्रत्येक व्यक्ति में सा (सामान्य) की मात्रा अलग-अलग होती है और उसका उपयोग किसी स्थिति में कोई भी समस्या हल करने के लिए किया जा सकता है, चाहे वह समस्या गणित की हो, सामाजिक हो या व्यक्तिगत ।

किंतु स्टर्न ने यह माना था कि एक ही व्यक्ति कुछ प्रकार की समस्याओं का हल ज्यादा कुशलता से कर सकता है । व्यक्ति की इस कुशलता का निर्धारण उसके परिवेश से होता है । इसका यह अर्थ हुआ कि परिवेश की समुचित सुविधा मिलने पर एक व्यक्ति जिस कुशलता से कोई काम कर सकता है दूसरा व्यक्ति भी उसे उसी कुशलता से कर सकेगा । किंतु ऐसा मानने का कोई आधार नहीं है । एक ही परिवेश में रहते हुए भी लोगों की बुद्धि और कार्य-कुशलता में बड़ा भेद हुआ करता है । अतएव एकखंडी (Unifactor) सिद्धान्त अन्य प्रकार से मान्य होते हुए भी विभिन्न कामों को कर सकने की कुशलता परिवेश निर्धारण में मानने से दोषपूर्ण है ।

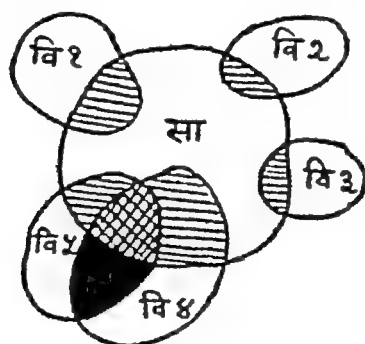
(२) दोखंडी (Two-factor) सिद्धान्त—चार्ल्स स्पियरमैन ने १९०४ में दोखंडी सिद्धान्त का प्रतिपादन किया । बुद्धि का अध्ययन सांख्यिकीय (statistical) प्रणालियों से करने पर स्पियरमैन ने यह पाया कि बुद्धि में कुछ ऐसी विशेषताएँ होती हैं जो एक दूसरे के समान तो नहीं होती किंतु उनका सम्बन्ध विभिन्न अनुपातों में बुद्धि के उस खंड से अव्यंश होता है जिसे सा (सामान्य) खंड कहा जाता है । इस प्रकार स्पियरमैन ने बुद्धि में दो खंड माने हैं, एक सा (सामान्य) और दूसरा वि (विशिष्ट) । स्पियरमैन की सा (सामान्य)

खंड की धारणा स्टर्न की धारणा के समान ही है। चित्र ७१ को देखिए। इस चित्र में बुद्धि के सा (सामान्य) खंड और वि (विशिष्ट) खंडों और उनका सा खंड से सम्बन्धित होने का जो विभिन्न अनुपात होता है उसे घनी रेखाओं द्वारा दिखाया गया है।



चित्र ७१

स्पियरमैन के अनुसार विभिन्न लोगों में बुद्धि के सा (सामान्य) खंड की मात्रा अलग अलग होती है और एक ही व्यक्ति में वि (विशिष्ट) खंडों की मात्राएँ भी अलग अलग होती हैं। विभिन्न व्यक्तियों में सा और वि खंड की मात्रा एक सी नहीं होती। स्पियरमैन ने सा और वि खंडों के क्षेत्रों को कोई नाम नहीं दिया था। अपनी खोजों से बाद में स्पियरमैन ने एक और क्षेत्र का पता लगाया



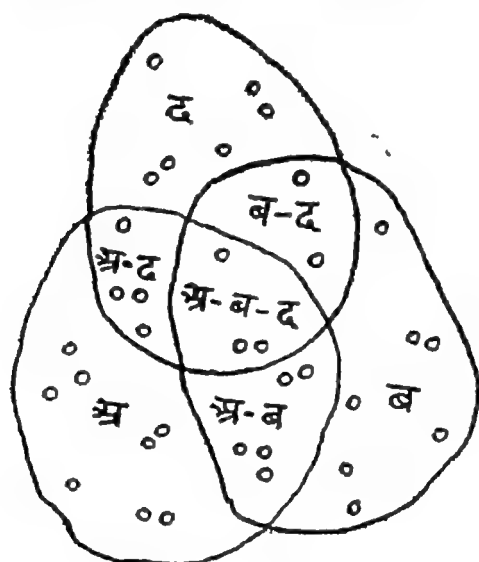
चित्र ७२

जिसे वर्ग-खंड (group-factor) कहा। चित्र ७२ को देखिए। इनमें 'वि५' और 'वि४' खंडों में सा (सामान्य) खंड के बाहर का काला क्षेत्र वर्ग-खंड है। स्पियरमैन ने इस प्रकार के पाँच वर्ग-खंड माने और उनके ये नाम रखे—मौखिक, (verbal) योग्यता, अंक (numerical) योग्यता, यांत्रिक योग्यता, अवधान और कल्पना।

(३) प्रत्याश (Sample) सिद्धान्त—टासनन ने १९१६ में स्टर्न और स्पियरमैन के सिद्धांतों का प्रतियोगी प्रत्ययाश सिद्धान्त बनाया। १९३४ और १९४८ में उन्होंने अपने सिद्धान्त का और स्पष्टीकरण किया। प्रत्याश का अर्थ है किसी प्रत्यय के एक घट्टा द्वारा सम्पूर्ण प्रत्यय को समझना। दिने और

स्पियरमैन की बुद्धि-परीक्षण प्रणालियों में परीक्षण सामग्री को किसी उद्देश्य-विशेष से चुना जाता था। टामसन ने इसके विपरीत इस बात पर जोर दिया कि परीक्षण सामग्री का चुनाव सयोगाश्रित होना चाहिए। सयोगाश्रित परीक्षण सामग्री द्वारा प्रयोग करके टामसन ने यह देखा कि किसी मानसिक परीक्षण से अनेक स्वतंत्र योग्यताओं के प्रत्ययाश (sample) का पता चल सकता है। टामसन ने स्वतंत्र योग्यताओं के प्रत्ययाश में सा(सामान्य)खंड के होने की सम्भावना को स्वीकार तो किया किंतु वर्ग-खंडों की एक विशेषता की तरह।

प्रत्ययाश सिद्धान्त को समझने के लिए चित्र ७३ को देखिए। इसमें स्टर्न और स्पियरमैन के सिद्धान्तों में पाया जाने वाला कोई सा(सामान्य)खंड नहीं है। प्रत्येक छोटा वृत्त एक स्वतंत्र और विशिष्ट योग्यता का सूचक है जिसका अन्य योग्यताओं से सम्बन्ध नहीं होता, किंतु हर विशिष्ट योग्यता एक बड़े



चित्र ७३

खंड के अन्दर है। अ, ब और द द्वारा इंगित बड़े वृत्त तीन मानसिक परीक्षणों के सूचक हैं। उदाहरण के लिए परीक्षण अ में बीस छोटे वृत्तों द्वारा इंगित बीस योग्यताओं का पता चलता है। परीक्षण अ की बीस योग्यताओं में से पाँच परीक्षण ब में, चार परीक्षण द में और तीन परीक्षण ब और द दोनों में सामान्य रूप से पाई जाती हैं। टामसन के दृष्टिकोण से अगर सा(सामान्य) खंड की सम्भावना मानी जाय जो वह परीक्षण अ, ब, द में सामान्य रूप से पाई जाने वाली तीन योग्यताएँ होंगी। इसी तरह का सम्बन्ध परीक्षण ब और द में भी देखा जा सकता है।

(४) बहुखंडी (Multi-factor) सिद्धान्त—इस सिद्धान्त का प्रतिपादन अमेरिका के प्रसिद्ध मनोविज्ञानी एडगर ली थार्नडाइक ने किया। उसके अनुसार बुद्धि असंख्य विशिष्ट व्यापारों से निर्मित होती है। थार्नडाइक

ने उन व्यापारों को कोई नाम तो नहीं दिया, हाँ, उनको न्यूरोनीय व्यापारों के समान अवश्य बताया। किसी मानसिक क्रिया में अमूल्य न्यूरोनीय सम्बन्ध बनते हैं। दो मानसिक क्रियाओं से बनने वाले न्यूरोनीय सम्बन्धों की मूल्या बराबर नहीं होती, कम या ज्यादा और विभिन्न प्रकार की जटिलता लिए हुए होती हैं।

थार्नडाइक के विचार से बुद्धि में सा (सामान्य) खंड की सत्ता नहीं होती, केवल असंख्य विशिष्ट मानसिक क्रियाएँ होती हैं जिनका ज्ञान न्यूरोनो के सम्बन्धों की संख्या और हल की जाने वाली समस्याओं का वर्गीकरण उनकी कठिनता के स्तर के अनुसार करने से हो सकता है।

सा (सामान्य) खंड को न मानने से बहुखंडी सिद्धान्त और टाममन के सिद्धान्त में बहुत समानता है। थार्नडाइक ने स्वयं स्वीकार किया है कि बहुखंडी सिद्धान्त के कुछ पक्ष अत्यधिक सैद्धान्तिक हैं। व्यावहारिक दृष्टि में बुद्धि-परीक्षण के लिए थार्नडाइक ने कुछ परीक्षण भी बनाए। बाद में उसने बुद्धि के तीन प्रकारों की सम्भावना का सुझाव रखा — (१) सामाजिक बुद्धि यानी लोगों से मिलना-जुलना, (२) मूर्त (concrete) बुद्धि यानी वस्तुओं का उपयोग करना, और (३) अमूर्त (abstract) बुद्धि यानी मौखिक और गणित सम्बन्धी प्रतीकों का उपयोग करना।

(५) प्रमुख-मानसिक-योग्यताओं (Primary mental abilities) का सिद्धान्त—स्पियरमैन की भाँति प्रमुख-मानसिक-योग्यताओं के सिद्धान्त के प्रतिपादक थर्स्टन ने बुद्धि में सा (सामान्य) खंड की सत्ता स्वीकार तो की है किंतु उसे अनेक प्रमुख-योग्यताओं के रूप में माना है। स्पियरमैन ने पहले सा (सामान्य) खंड को माना और बाद में उसमें सम्बन्धित अनेक वि (विशिष्ट) खंड माने। थर्स्टन ने पहले प्रमुख-मानसिक योग्यताओं को माना है और बाद में सा (सामान्य) खंड को मानकर प्रमुख-योग्यताओं को सा (सामान्य) खंड में सम्बन्धित बताया है। इस प्रकार अन्य सब तरह में समान होते हुए थर्स्टन और स्पियरमैन के सिद्धान्तों में केवल दृष्टिकोणों की दिशा का भेद है। स्पियरमैन सिद्धान्त की दिशा सा खंड से वि खंडों की ओर और थर्स्टन के सिद्धान्त की के वि खंडों से सा खंड की ओर है।

थर्स्टन ने हार्वर्ड स्कूल और कालेज के लड़कों का मौखिक और निष्पादन (performance) परीक्षण भारी पैमाने पर करके प्रत्येक परीक्षण में परिणामों के अन्तर्सम्बन्ध को गणित करने वाली एक तालिका बनाई। उन्होंने अधिकांश परीक्षणों का अन्य परीक्षणों से कुछ न कुछ सम्बन्ध तो स्थापित पाया किन्तु कुछ परीक्षणों का सम्बन्ध अन्य परीक्षणों से गंभीर अनिष्ट पाया। उनके

उसने यह नतीजा निकाला कि परस्पर घनिष्ठ सम्बन्ध रखने वाले परीक्षण लगभग एक ही योग्यता की परीक्षा करते हैं ।

इस प्रकार थर्स्टन ने अत्यन्त जटिल सांख्यिकीय (statistical) विधियों से सा (सामान्य) खंड से सम्बन्धित सात प्रमुख-मानसिक-योग्यताओं की सम्भावना का पता लगाया अक योग्यता, शब्द योग्यता, मौखिक अर्थ योग्यता स्मृति, तर्क, प्रसरिक (spatial) योग्यता और संज्ञात्मक गति (perceptual speed) । प्रत्येक प्रमुख योग्यता का विभिन्न अनुपात से अन्य प्रमुख योग्यताओं और फिर सामान्य योग्यता से सम्बन्ध होता है । हर व्यक्ति में प्रमुख मानसिक योग्यता की मात्रा का अनुपात अलग अलग होता है ।

(१) अक-योग्यता (numerical ability)—इस योग्यता का उपयोग जोड़ने, घटाने, गुणा करने और भाग देने में किया जाता है । इस योग्यता में तर्क-योग्यता की आवश्यकता भी पड़ती है । नीचे अक-योग्यता का एक परीक्षण दिया जा रहा है । आप उस सख्या के नीचे निशान लगाइए जो अपने से पहले की सख्या से तीन ज्यादा हो । इसके लिए दो सेकेन्ड से ज्यादा समय न लगने पाए ।

१५—१६—२१—२६—२९—२२—२५—५—८—७—११—४

(२) शब्दयोग्यता (word-fluency)—जिन लोगों में यह योग्यता अच्छी होती है वे शब्दों को लिखने और बोलने का काम बड़ी आसानी से कर लेते हैं और उनको शब्दों का सही प्रयोग करने में कोई अड़चन नहीं पड़ती ।

(३) मौखिक-अर्थ (verbal meaning) योग्यता—इस योग्यता को अच्छी तरह रखने वाले भाषा के लालित्य और उसमें प्रयुक्त शब्दों की समानता, उनके भेद, उनकी व्यञ्जनात्मक और अभिधात्मक शक्ति की बड़ी सूक्ष्म परख रखते हैं । मौखिक-अर्थ-योग्यता साहित्य-सृजन या साहित्य में रस लेने के लिए बहुत जरूरी होती है । नीचे दिए एक परीक्षण में कुछ मुहावरे दिए जा रहे हैं । उनमें से जिन दो मुहावरों का अर्थ लगभग एक सा हो उन्हें तीस सेकेन्ड के अन्दर बताइए । सही उत्तर पृष्ठ ३२८ पर देखिए ।

(अ) तीन में न तेरह में, वीन बजावे डेरा में ।

(ब) नी मन सावुन धोय, पर कागा हंस न होय ।

(स) अधजल गगरी छलकत जात ।

(द) आँख के अघे, नाम नैन-सुख ।

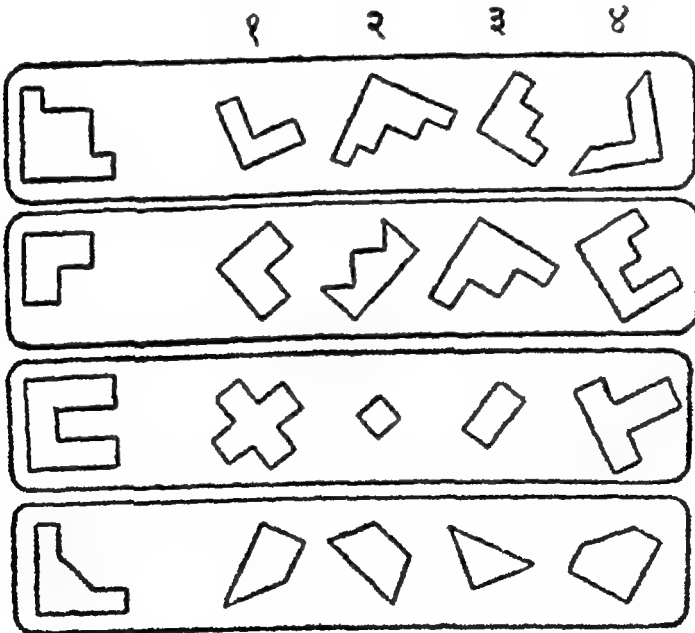
(ज) घर में नहीं है दाने, अम्माँ चली भुनाने ।

(झ) थोथा चना, वाजै घना ।

(४) स्मृति (memory)—अन्य सब मानसिक योग्यताएँ स्मृति पर निर्भर होती हैं। जब तक अक या शब्द इत्यादि हमें याद न रहे तब तक हम उन्हें प्रयुक्त नहीं कर सकते; इसलिए स्मृति एक ऐसी मानसिक योग्यता है जिससे अन्य योग्यताओं का घनिष्ठ सम्बन्ध होता है। स्मृति-परीक्षण के लिए आप एक मेज पर सुई, कलम, चाभी, दियासलाई, निब, पिन और इसी प्रकार की बीस चीजें कपड़े से ढाँककर रख दीजिए। किसी व्यक्ति को वे सब चीजें कपड़ा हटाकर केवल १५ सेकेन्ड तक दिखाइए और तब विषय से उन चीजों का नाम बताने को कहिए। अगर वह आठ सेकेन्ड में १५ चीजों का स्मरण कर सके तो उसकी स्मृति अच्छी होगी।

(५) तर्क योग्यता—उच्च शिक्षा में तर्क-योग्यता की बहुत जरूरत पड़ती है, विशेषकर विज्ञान और गणित में। तर्क-योग्यता सम्पन्न व्यक्ति जटिल में जटिल समस्याओं का समाधान बड़ी आसानी से कर लेते हैं। तर्क-योग्यता का अन्य मानसिक योग्यताओं और सा (सामान्य) खंड से घनिष्ठ सम्बन्ध होता है।

(६) प्रसरिक योग्यता (spatial ability)—कुशल कारीगर किसी वस्तु की नाप का सही सही अन्दाज एक नजर में ही कर लेते हैं क्योंकि उनमें

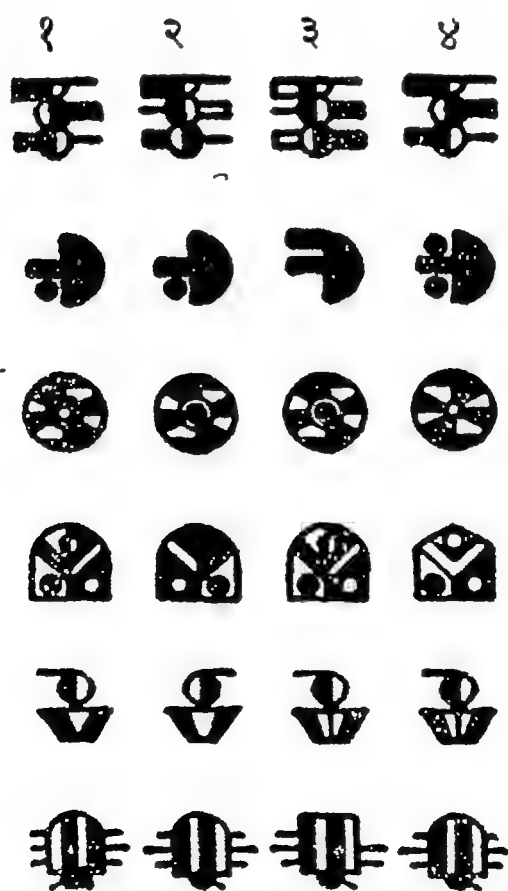


चित्र ७४

प्रसरिक योग्यता उच्च कोटि की होती है। इस योग्यता की आवश्यकता स्थापत्य, चित्रकला, बर्तन और लुहार के काम और यंत्र बनाने में ज्यादा पड़ती है। चित्र ७४ में प्रसरिक योग्यता की जाँच करने के लिए एक परीक्षण दिया गया है। इस चित्र में प्रत्येक पंक्ति में पाँचे दिए गए टुकड़ों में उगी पंक्ति में दाद में

दिए हुए चार टुकड़ों में से किसी एक को इस तरह लगाइए कि एक वर्ग (square) बन जाय । अगर आप चारों पक्तियों का हल १५ सेकेन्ड में कर लेंगे तो आपकी प्रसरिक योग्यता अच्छी होगी । सही उत्तर पृष्ठ ३२८ पर देखिए ।

(७) सञ्ज्ञात्मक-गति (Perceptual speed)—जिन लोगों की सञ्ज्ञात्मक गति अच्छी होती है उन लोगों से पढ़ने-लिखने में अक्षरों को पहचानने और शब्दों के सही हिज्जे और उच्चारण आदि करने में भूल नहीं होती । सञ्ज्ञात्मक-गति-योग्यता की ज्यादा आवश्यकता लेखकों, मुद्रकों, इंजीनियरों और तारघर में काम करने वालों को पड़ती है । चित्र ७५ में सञ्ज्ञात्मक गति के लिए एक परीक्षण दिया गया है । प्रत्येक पक्ति के चारों चित्रों में से दो चित्र एक से हैं । अगर आप सब पक्तियों के एक से चित्रों को २० सेकेन्ड के अन्दर बता देंगे तो आपकी सञ्ज्ञात्मक गति बहुत अच्छी होगी है । सही उत्तर पृष्ठ ३२८ पर दिया हुआ है ।



चित्र ७५

बुद्धि-लब्धि और आयु—बिने और टर्मन आदि का विचार था कि बुद्धि-लब्धि तेरह या चौदह वर्ष की आयु तक तो शीघ्रता से बढ़ती है किन्तु चौदह से बीस-बाईस वर्ष की आयु तक उसका बढ़ना कम हो जाता है और

उसके बाद रुक जाता है। बहुत समय तक सर्वमान्य इस धारणा को अमेरीका के प्रसिद्ध मनोविज्ञानी वेस्लर ने अपने वेस्लर-बेलेवू (Weschler-Bellevue) नामक बुद्धि-परीक्षण के परिणामों के आधार पर खण्डित कर दिया। वेस्लर ने यह सवित करने की चेष्टा की कि बुद्धि-लब्धि निरन्तर बढ़ती रहती है। आयु के बढ़ने पर बुद्धि-लब्धि की वृद्धि की गति में कुछ कभी अवश्य आ जाती है। विने-साइमन ने बुद्धि-लब्धि को निकालने के लिये वास्तविक आयु को केवल १६ वर्ष का माना था। इसके विपरीत वेस्लर का यह कहना है कि किसी ग्रीढ़ व्यक्ति की बुद्धि-लब्धि निकालने के लिए उसकी सम्पूर्ण आयु को ध्यान में रखना चाहिए। यह विषय बड़ा विवादग्रस्त है और इसका निश्चित रूप से अब तक कोई निर्णय नहीं हो पाया है।

मनोनुकूलता (Aptitude)—व्यक्तित्व का एक परिवर्तक (variant) मनोनुकूलता भी है। यह एक दैनिक अनुभव की बात है कि प्रत्येक व्यक्ति अन्य विषयों की अपेक्षा किसी एक विषय में ज्यादा अच्छा होता है। कोई यंत्र बनाने में तो कोई चित्रकारी में शीघ्र निपुण हो जाता है। इसका कारण विषय के प्रति उसकी मनोनुकूलता होता है। जो व्यक्ति जिस काम में जल्दी निपुण हो जाता है उसकी मनोनुकूलता उस काम के प्रति ज्यादा होती है। मनोनुकूलता और जन्मजात क्षमता में अन्तर होता है। मान लीजिए कि किसी की बुद्धि-लब्धि (Intelligence quotient) १६० है तो इसका अर्थ यह कदापि नहीं होगा कि उसकी संगीत के प्रति मनोनुकूलता भी ज्यादा हो। हाँ, मनोनुकूलता और जन्मजात क्षमता में सम्बन्ध अवश्य होता है। मनोनुकूलता जन्मजात क्षमता में विल्कुल स्वतंत्र नहीं होती। किसी काम के प्रति मनोनुकूलता का सकेत बुद्धि-परीक्षणों से मिल सकता है।

मनोनुकूलता और रुचि (interest) में भी अन्तर होता है। सम्भव है कि कोई व्यक्ति संगीत में रुचि तो रखता हो किन्तु उनमें संगीत के लिए मनोनुकूलता (Aptitude) न हो। मनोविज्ञानियों ने मनोनुकूलता को जानने के लिए अनेक परीक्षण बनाए हैं। विभिन्न उद्योग-धन्धों के लिए उचित व्यक्तियों का चुनाव कर सकने के लिए आजकल मनोनुकूलता-परीक्षणों का व्यापक प्रचार हो गया है। मनोनुकूलता एक विनिष्ट व्यक्तिगत योग्यता होती है और उसके परीक्षण से किसी काम के लिए नहीं व्यक्ति का चुनाव उस काम की दृष्टि से सामाजिक महत्व का होता है।

व्यक्तित्व के विभिन्न परिवर्तकों बुद्धि आदि के परीक्षण के परिणामों का बड़े ही जटिल सांख्यिक (statistical) ढंग में वर्णन किया जाता है जो

इस पुस्तक के क्षेत्र का विषय नहीं है । व्यक्तित्व के परिवर्तको का विशद् अध्ययन मनोविज्ञान की उस शाखा का विषय है जिसे परिवर्तकीय (varia-tional) मनोविज्ञान कहा जाता है ।

परीक्षणों के सही उत्तर

(३) मौखिक-अर्थ-योग्यता : स और झ

(६) प्रसरिक-योग्यता . १

२

३

४

(७) सज्ञात्मक-गति . १—४

१—२

२—३

१—३

३—४

२—४

अप्रकृत व्यक्तित्व

व्यक्तित्व का निर्माण व्यक्ति और उसके परिवेश के अन्तराश्रित सक्रिय अन्तर्बन्ध सम्बन्ध से होता है जिसकी प्रत्यक्ष अभिव्यक्ति व्यक्ति के व्यवहार द्वारा होती है। अतएव मनुष्य के जन्मजात, अर्जित और गत्यात्मक पक्ष की संगठित इकाई अर्थात् उसके व्यक्ति का अनुमान उसके व्यवहार को देखकर किया जाता है। संतुलित व्यवहार प्रकृत (normal) व्यक्तित्व का और असंतुलित व्यवहार अप्रकृत (abnormal) व्यक्तित्व का सूचक होता है। किंतु व्यवहार को संतुलित या असंतुलित कहने की कसौटी क्या है ?

संतुलित-असंतुलित व्यवहार की कसौटी — व्यवहार के संतुलन या असंतुलन की चार कसौटियाँ हो सकती हैं। पहली कसौटी व्यक्ति की रूचि तथा अवधान की दिशा होती है। आमतौर पर मनुष्य अपना अधिकांश व्यवहार अपने पास जो कुछ होता है उसे सुरक्षित रखने के प्रयत्न की दिशा में करता है। हम सभी अपने घर की इज्जत, व्यापार की साख, आत्म-सम्मान, दूसरों से अपनी मित्रता, निजी स्वतंत्रता आदि को सुरक्षित रखने के लिए प्रयत्नशील रहते हैं। किंतु हममें से बहुतों का व्यवहार यही तक सीमित नहीं होता। अधिकांश मनुष्य अपने भावी लक्ष्यों को प्राप्त करने में भी अपनी काफी शक्ति लगाते हैं और जरूरत पड़ने पर कुछ खोकर और बाजी लगाकर अपने भावी लक्ष्यों की प्राप्ति में नहीं हिचकते। अपनी प्रेमिका के उदासीन हो जाने पर हम दूसरी स्त्री की ओर आकृष्ट हो कर प्रेमिका की ईर्ष्या जाग्रत कर उसे फिर पाने की बाजी लगाते हैं। इसके अतिरिक्त हर आदमी कोई कोई चीज को पाने के लिए सब कुछ कर सकता है। परीक्षा में फेल हो जाने पर, उदाहरण के लिए, कुछ छात्र अपना अधिक ध्यान अपनी अनफलता पर नगद सकते हैं और कुछ अभिष्य में अपनी असफलता को नफलता में बदलने पर।

यह एक महत्वपूर्ण मनोवैज्ञानिक भेद है। बीती बातों पर परमाणापत्ति की गई गलतियों पर ज्यादा ध्यान देकर शक्ति और समय का अनावश्यक खर्च असंतुलित व्यवहार होता है। किंतु पुरानी गलतियों में होने वाली घमण्डिताओं से अनुभव प्राप्त कर अपने भविष्य को सुधारने में निरंतर शक्ति न

व्यय करना संतुलित व्यवहार होगा। इसलिए संतुलित व्यवहार को जानने की पहली कसौटी यह है कि व्यक्ति की अपने अतीत, वर्तमान और भविष्य विषयक रुचि और अवधान की दिशा क्या है ? वह अपने अतीत, वर्तमान और भविष्य पर शक्ति-व्यय किस अनुपात से करता है ? हमें अपना सतुलन अपने वर्तमान और भविष्य से करना पड़ता है इसलिए जो व्यक्ति अपने भविष्य को भूलकर अतीत में ज्यादा लगा रहता है उसका व्यवहार असंतुलित बन जाता है।

वर्तमान और भविष्य में रुचि लेना प्रत्येक मनुष्य की कुछ निजी स्थितियों पर निर्भर होता है। वर्तमान की कुछ समस्याएँ इतनी आवश्यक होती हैं जिनके सामने भविष्य को भुला देना पड़ता है। मकान में आग लगने या प्रियजन के बीमार होने पर हमें अपने भविष्य की सुधि नहीं रहती। किंतु साधारण रूप से वर्तमान के प्रति किए गये व्यवहार का भविष्य से अटूट सम्बन्ध होता है। खेद की बात है कि हममें बहुत से लोग अपना वर्तमान व्यवहार भविष्य को बिना देखे ही करते रहते हैं। मैंने देखा है कि कालेजो के अधिकांश विद्यार्थी अपने भविष्य के प्रति यथेष्ट जागरूक नहीं होते। भविष्य को भुलाकर वर्तमान के अनुसार ही किए गए व्यवहार को सतुलित नहीं कहा जा सकता। चींटियों का बरसात के लिए अन्न जमा करना या बया का अंडे देने के लिए पहले घोंसला बनाना ज्यादा सतुलित व्यवहार होते हैं। सतुलित व्यवहार के लिए अवधान तथा रुचि की दिशा अतीत, वर्तमान और भविष्य के प्रति उतनी ही होनी चाहिए जितनी आवश्यक हो।

संतुलित व्यवहार की दूसरी कसौटी व्यक्ति की रागात्मक अनुभूति की मात्रा होती है। दैनिक व्यवहार में रागात्मक सन्तोष या असन्तोष की मात्रा सतुलित व्यवहार के लिए अत्यन्त आवश्यक होती है। हम व्यक्ति के व्यवहार को ही देख सकते हैं, उसके मानसिक संतोष या असंतोष को नहीं। जो व्यक्ति ऊपर से देखने में संतुलित व्यवहार करता है, हो सकता है कि वह अपने मानसिक असंतोष को छिपा लेता हो। हमें बहुत से ऐसे भी दैनिक काम करने पड़ते हैं जिनसे हमको घोर असन्तोष होता है, चाहे वह असन्तोष प्रकट हो पाए या न हो पाए। सतुलित व्यवहार को ठीक तरह से समझने के लिए व्यवहार-जन्य रागात्मक अनुभूति पर भी ध्यान देना आवश्यक होता है।

मनुष्य के परिवेश के अनेक पक्ष होते हैं : सामाजिक, आर्थिक, पारिवारिक, व्यापारिक, इत्यादि। कुछ मनुष्य परिवेश के अन्य सब पक्षों के प्रति संतुलित

व्यवहार करते हुए भी किसी एक पक्ष के प्रति सतुलित व्यवहार कर सकने में असमर्थ रहते हैं। घर में, खेलने में और अपने साथियों के साथ सतुलित व्यवहार करने वाला बच्चा हो सकता है कि स्कूल में असतुलित व्यवहार करता हो जिसका कारण वहाँ के वातावरण का अरुचिकर होना या किसी अध्यापक के प्रति घृणाभाव रखना हो सकता है। ऐसी स्थिति में मनुष्य की मनोवृत्ति जीवन भर के लिए असतुलित बन जाती है जो वैसी ही स्थितियों में सतुलित व्यवहार करने में बाधा डालती है। अरुचिजन्य पारिवारिक, सामाजिक या किसी अन्य परिवेश में व्यक्ति स्थिति के प्रति अपना अनुकूल मनोभाव नहीं बना पाता। अनुकूल मनोभाव के न होने से व्यवहार असतुलित बन जाता है और ऐसे असतुलित व्यवहार का कारण व्यक्ति की मानसिक या शारीरिक क्षमताओं या योग्यताओं की कमी नहीं होता। प्रतिकूल मनोभाव कई कारणों से बन सकता है इच्छा के विरुद्ध जबरदस्ती कोई काम करने को विवश होने से, असफल होने से या उचित प्रोत्साहन न मिलने से। बहुत से लोग ऐसे होते हैं जो अपने परिवार के प्रति तो बहुत उदारता, सहानुभूति और विश्वास रखते हैं किंतु परिवार के बाहर उनका दृष्टिकोण अनुदार, अविश्वासपूर्ण और स्वार्थमय रहता है। परिवार को अन्य सामाजिक वर्गों में अलग और विरोधी समझना असतुलित दृष्टिकोण का परिणाम होता है। इसलिए सतुलित व्यवहार की तीसरी कसौटी यह है कि मनुष्य में अपनी पारिवारिक और सामाजिक सभी स्थितियों के प्रति सापेक्षिक स्वस्थ समभाव होना चाहिए।

किन्तु यदि किसी मनुष्य की अवधान तथा रुचि की दिशा ठीक हो, यदि उसे अपने काम से सन्तोष हो और यदि वह पारिवारिक और सामाजिक स्थितियों के प्रति सापेक्षिक स्वस्थ समभाव भी रखता हो तो क्या उसके व्यवहार को सुन्तुलित माना जायगा? जरूरी नहीं है। मनुष्य केवल मनुष्य ही नहीं होता, वह मानव जाति का संरक्षक भी होता है। मनुष्य क्षणभंगुर अवश्य है किन्तु वह जिस मानव जाति का संरक्षक है वह दीर्घकालीन है, इसलिए सतुलित व्यवहार की चौथी कसौटी मनोभौतिक कसौटी है। इन कसौटियों के अनुसार प्रत्येक मनुष्य में अपनी वसवृद्धि का स्वाभाविक रुझान होना चाहिए। जो लोग मनुष्य-जाति को ही प्रधानता देकर सन्तानोत्पत्ति के स्वाभाविक रुझान को निरर्थक समझने हैं या उसको अपनी विचारधारा में कोई स्थान नहीं देते वे निम्नन्देह सन्तुलित दृष्टिकोण के धिकार होते हैं। सन्तान-रहित होना और सन्तानोत्पत्ति की इच्छा न रखना दो अलग अलग बातें हैं। असन्तुलित दृष्टिकोण उसी व्यक्ति का होता है जो सन्तानोत्पत्ति की स्वाभाविक इच्छा नहीं रखता।

सन्तानोत्पत्ति की इच्छा के साथ-साथ मनुष्य को अपनी सन्तान में वे गुण भी उत्पन्न करने के लिए प्रयत्नशील रहना चाहिए जो स्वस्थ मानसिक विकास और सतुलित व्यवहार के लिए अत्यन्त आवश्यक होते हैं। अपनी सन्तान को दुख, अभाव, दुर्बलता, बुद्धिहीनता से बचाने में उपेक्षित रहना मनोभौतिक कसौटी के अनुसार असतुलित दृष्टिकोण है।

प्रकृत और अप्रकृत व्यक्तित्व—व्यक्तित्व का अनुमान व्यवहार को देखकर किया जाता है। व्यवहार यदि सतुलित होगा तो व्यक्तित्व प्रकृत होगा और व्यवहार यदि असतुलित होगा तो व्यक्तित्व भी अप्रकृत होगा। व्यक्तित्व के प्रकृत और अप्रकृत होने पर विचार करने के अनेक दृष्टिकोण हैं।

संतुलनात्मक दृष्टिकोण—इस दृष्टिकोण के अनुसार प्रकृत व्यक्ति वह है जो अपनी नैतिक-सामाजिक वास्तविकता से अपना 'संतुलन' स्थापित कर चुका हो। इस दृष्टि से अपने और अपने परिवेश से सामञ्जस्य और संतुलन स्थापित कर लेना ही प्रकृत व्यक्तित्व का मुख्य लक्षण होता है। प्रकृत व्यक्ति अपने आप को अपने समाज और संस्कृति के अनुरूप बना लेता है। इस प्रकार अपने आप को सामाजिक परम्पराओं के अनुरूप न बना पाने वाला व्यक्ति अप्रकृत कहलायेगा। संतुलनात्मक दृष्टिकोण से परम्परागत व्यवहार और प्रकृत व्यक्तित्व में कोई अन्तर नहीं रह जाता। तो क्या प्रचलित परम्पराओं को स्वीकार कर लेना ही प्रकृत व्यक्तित्व की कसौटी है ?

हम जानते हैं कि विभिन्न जातियों की संस्कृति और परम्पराओं में बड़ा अन्तर होता है और जो व्यक्ति एक जाति और समाज के लिए प्रकृत हो सकता है वही अन्य जातियों और समाजों के लिए अप्रकृत भी हो सकता है। ग्लोवर ने इसीलिए अपने सन्देह को यह कहकर प्रकट किया है कि "प्रकृत व्यक्तित्व स्वयं पागलपन का एक रूप हो सकता है और चूँकि वह वास्तविकता से अच्छा संतुलन कराने का साधन होता है इसलिए हम उसके पागलपन के पक्ष को नहीं देख पाते।" हो सकता है कि किसी जाति विशेष की सांस्कृतिक परम्पराएँ समस्त मानव जाति के लिए आवश्यक और कल्याणकारी संतुलित व्यवहार के आदर्शों की विरोधी हो। आप अपने हिन्दू समाज की प्रचलित जाति-प्रथा और अन्ध-विश्वासों के प्रति संतुलित हो सकते हैं, किन्तु क्या आपका यह संतुलन आपके विकास की दृष्टि से ठीक होगा ? संतुलनात्मक दृष्टिकोण हर संस्कृति और समाज को अन्य संस्कृतियों और समाजों के समतुल्य मानता है और यही इस दृष्टिकोण की सब से बड़ी कमजोरी है। अधोरपंथियों की संस्कृति निस्सन्देह वैदिक संस्कृति के समतुल्य नहीं है।

विभिन्न सस्कृतियों में भेद अवश्य होता है लेकिन उस भेद के होते हुए भी सफाई, रहन-सहन, खान-पान विषयक सार्वभौम सिद्धान्तों की उपेक्षा नहीं की जा सकती।

परिमाणात्मक दृष्टिकोण—इस दृष्टिकोण के अनुसार अप्रकृत शब्द का अर्थ प्रकृत न होना होता है। प्रकृत शब्द का अर्थ एक औसत समझा जाता है और उस औसत से बहुत कम या बहुत ज्यादा को अप्रकृत कहा जाता है। यह दृष्टिकोण लगभग सतुलनात्मक दृष्टिकोण के समान ही है। सतुलनात्मक दृष्टिकोण की भांति इस दृष्टिकोण में भी प्रकृत का अर्थ है जातीय सस्कृति और परम्पराओं को स्वीकार कर लेना। यह दृष्टिकोण अप्रकृत को प्रकृत का असिरजित रूप और प्रकृत-अप्रकृत में केवल मात्रा-भेद मानता है।

गुणात्मक दृष्टिकोण—जनसाधारण प्रकृत और अप्रकृत का गुणात्मक अर्थ करते हैं। उनके अनुसार मनुष्य पागल होगा या नहीं होगा, प्रकृत होगा या नहीं होगा। इस दृष्टिकोण के अनुसार प्रकृत-अप्रकृत में मात्रा-भेद न होकर प्रकार-भेद होता है। अप्रकृत अवस्था प्रकृत अवस्था का सापेक्षिक असामञ्जस्य या विभिन्न शारीरिक अवयवों के कार्य की अव्यवस्था न होकर एक नई स्थिति होती है—एक ऐसी स्थिति जिसमें अनेक नई स्थितियाँ रहती हैं जो प्रकृत अवस्था में नहीं होती।

प्रकृत-अप्रकृत व्यक्तित्व के उपर्युक्त दृष्टिकोणों को परस्पर विरोधी न समझकर एक दूसरे के पूरक समझना चाहिए। अप्रकृत मनोविज्ञान की बहुत सी समस्याओं पर अभी तक पर्याप्त प्रकाश नहीं पड़ सका है और उनकी उचित व्याख्या भी नहीं हो सकी है। ऐसी दशा में अप्रकृत मनोविज्ञान का अध्ययन किसी निश्चित दृष्टिकोण को लेकर करना एकांगी होगा। अप्रकृत मनोविज्ञान को समझने के लिए आवश्यकतानुसार सभी दृष्टिकोणों से गहायता लेना अपेक्षित है।

आकुलता (Anxiety)—व्यक्तित्व को प्रकृत-अप्रकृत बनाने में आकुलता का बहुत महत्वपूर्ण स्थान होता है। आकुलता एक दुःखद रागात्मक अनुभव होती है जो शरीर के अन्दर स्थित अंगों के उत्तेजित होने से पैदा होती है और उसका संचालन स्वचालित न्नायु-प्रवण्य से होता है। उर, तनाव (tension) या अन्य प्रकार के दुःखद अनुभवों और आकुलता में अन्तर्ग होता है और वह अन्तर चेतनता के विशिष्ट गुण का होना है। आकुलता में चेतनता के जिस विशिष्ट गुण का अनुभव होता है उसका निर्धारण नहीं होना है यह मालूम नहीं हो सका है। प्रसंगिक, अचेतन आकुलता का कोई अस्तित्व नहीं होता। व्यक्ति अपनी आकुलता के कारण को नहीं जानता है कि न जान पाता किन्तु आकुलता का अनुभव हर क्षण में पड़ता है।

आकुलता डर के रागात्मक अनुभव का पर्याय होती है। डर साधारण अर्थ में बाह्य उत्तेजना से उत्पन्न होता है, किन्तु आकुलता आन्तरिक उत्तेजना से। आकुलता का मुख्य कार्य ईगो (ego) को खतरे का संकेत देना होता है जिससे खतरा सामने आने पर ईगो उसका सामना करने के लिए समुचित उपाय कर सके।

फ्रायट ने आकुलता के तीन प्रकार माने हैं : (१) वास्तविकता-आकुलता (Reality Anxiety), (२) न्यूरोटिक आकुलता और (३) नैतिक आकुलता। आकुलता के इन तीनों प्रकारों में कोई पारस्परिक गुणात्मक भेद नहीं होता; भेद केवल उद्गम-स्थान का होता है। आकुलता के इन तीनों प्रकारों का यह अर्थ भी नहीं होता कि व्यक्ति उनके वास्तविक उद्गम-स्थान को जानता ही हो। व्यक्ति हो सकता है यह समझता हो कि उसकी आकुलता का उद्गम-स्थान बाह्य है जबकि उद्गम-स्थान वस्तुतः आन्तरिक हो। ऊँचे-स्थान से डरने वाला यह समझ सकता है कि उसका डर बाह्य है जबकि हो सकता है वह अपने सुपरईगो से डरता हो जो उसके किसी पाप का दंड देने के लिए उसे ऊँचे स्थान से गिरवाने का अवसर चाहता हो और इस कारण उसे ऊँचे स्थान से डर लगता हो।

वास्तविकता-आकुलता (Reality Anxiety)—इस प्रकार की आकुलता का उद्गम-स्थान बाह्य जगत की किसी उत्तेजना या खतरे में होता है। डरना और उसके परिणाम स्वरूप आकुल होने का कारण इस अर्थ में जन्म-जात हो सकता है कि व्यक्ति कुछ उत्तेजनाओं या परिवेश की स्थितियों की उपस्थिति से डरने की प्रवृत्ति लेकर ही पैदा हुआ हो। आनुवंशिकता व्यक्ति को डर के प्रति अत्यधिक ग्रहणशील बना देती है और अनुभव उस जन्मजात ग्रहणशीलता को वास्तविकता में परिणत कर सकता है। डर और उससे उत्पन्न होने वाली आकुलता व्यक्ति अपने जीवन काल में अर्जित भी कर सकता है। डर बचपन में ज्यादा आसानी से अर्जित हो जाता है, क्योंकि बचपन में व्यक्ति शारीरिक और मानसिक अपरिपक्वता के कारण परिवेश के खतरों का सामना कर सकने योग्य नहीं होता।

न्यूरोटिक-आकुलता—इस आकुलता में व्यक्ति अपनी ही मूलप्रवृत्तियों से डरने लगता है। न्यूरोटिक-आकुलता में इड (Id) व्यक्ति के ईगो (ego) पर दबाव डालने लगती है और ईगो को इसलिए अपने नियंत्रण में ले आना चाहती है जिससे ईगो उसकी (इड की) इच्छापूर्ति के मार्ग में कोई रुकावट न डाल सके। इस प्रकार न्यूरोटिक-आकुलता तब पैदा होती है जब व्यक्ति अपनी इड से डरने लगता है। न्यूरोटिक-आकुलता का उद्गम-स्थान इड में होता है।

नैतिक-आकुलता—इस प्रकार की आकुलता का उद्गम-स्थान सुपरईगो (superego) में होता है। नैतिक-आकुलता ईगो में पाप या अपराध-भावना के रूप में रहती है। यह जीवन की एक विडम्बना ही है कि दुराचारी व्यक्ति की अपेक्षा सदाचारी व्यक्ति लज्जा का ज्यादा अनुभव करता है। आत्म-नियन्त्रित व्यक्ति इड के प्रलोभनों पर ज्यादा विचार करता है क्योंकि उसके पास इड की प्रेरणाओं के निकास के लिए और कोई साधन नहीं होते। आदर्शवादी व्यक्ति को अपनी मूलप्रवृत्तियों की प्रेरणाओं का त्याग करने की कीमत अपराध-भावनाओं से चुकानी पड़ती है।

न्यूरोटिक और नैतिक आकुलता ईगो के लिए एक बोझ होती है। व्यक्ति वाह्य स्थिति-जन्य आकुलता से बचने के उपाय निकाल सकता है किन्तु न्यूरोटिक और नैतिक आकुलता का उद्गम स्थान अपने व्यक्तित्व में ही होने से व्यक्ति के लिए उनसे बचना बड़ा मुश्किल होता है। न्यूरोटिक और नैतिक आकुलता से बचने के लिए ईगो को कुछ रक्षात्मक उपाय (defence mechanisms) अपनाने पड़ते हैं। रक्षात्मक उपायों को अपनाने से ईगो की काफी शक्ति व्यर्थ चली जाती है और ईगो अपनी उस शक्ति का प्रयोग अधिक उपयोगी कार्यों के लिए कर सकने से वंचित रह जाता है।

रक्षात्मक उपाय ईगो के लिए हानिकारक होते हैं क्योंकि उनको अपनाने से ईगो का स्वस्थ रूप से अपना कार्य करने के लिए पर्याप्त विकाम नहीं हो पाता। फिर भी रक्षात्मक उपायों (defence mechanisms) की आवश्यकता इसलिए पड़ती है कि वचपन में ईगो बहुत कमजोर होता है और उस समय वह विभिन्न स्थितियों की माँगों से अपना सगठन और मामञ्जस्य नहीं कर पाता। इस कमी को पूरा करने के लिए उसे रक्षात्मक उपायों का सहारा लेना पड़ता है। अगर ईगो आकुलता से समुचित और स्वस्थ ढंग से नहीं बच पाता तब वह कुछ रक्षात्मक उपायों से काम लेता है और वे उपाय हैं खतरे की उपस्थिति को स्वीकार न करना (क्षमन), खतरे का वास्तविकरण (प्रक्षेपण), खतरे को छिपाना (ऋणात्मक प्रतिक्रिया), वचपन की ओर लौटना (रीग्रेशन) आदि।

ईगो के इन रक्षात्मक उपायों का व्यक्तित्व के निर्माण और प्रकृत पितामह पर निर्णयात्मक प्रभाव पड़ता है। नवें अध्याय में रक्षान्मक उपायों पर विस्तृत प्रकाश डाला जा चुका है।

अप्रकृत व्यक्तित्व के रूप—अप्रकृत व्यक्तित्व को दो बड़े वर्गों में विभाजित किया जा सकता है। उन वर्गों में भी बहुत से उपवर्ग हैं। एक समूह भा जब सारे मानसिक रोगों को पारीजन्य (physiogenic) माना जाता है।

उस समय मानसिक रोगों को न्यूरोसिस (Neuroses) कहा जाता था । किंतु जब से मानसिक रोगों को मनोजन्म (psychogenic) माना जाने लगा तब से उन्हें साइकोन्यूरोसिस (psychoneuroses) कहा जाने लगा । साइकोन्यूरोसिस मानसिक रोगों के हल्के सापेक्षिक रूपों को कहा जाता है । फोबिया, पर्यावरण (obsessions) हिस्टीरिया आदि कुछ मुख्य साइकोन्यूरोसिस हैं ।

मानसिक रोगों के दूसरे वर्ग को साइकोसिस (Psychoses) कहा जाता है । साइकोसिस मानसिक रोगों का चिंताजनक रूप होते हैं । साइकोसिसों के भी दो वर्ग होते हैं कार्यात्मक (functional) या मनोजन्म (psychogenic) और आगिक (organic) या शरीरजन्म (physiogenic) । कार्यात्मक साइकोसिसों के अन्तर्गत पैरानोइया (Paranoia,) रागात्मक मानसिक विकार और स्काइज़ोफ्रीनिया (Schizophrenia) आते हैं । आगिक साइकोसिस रक्तप्रवाह के दोष, मानसिक क्षति, आनुवंशिक दोष आदि के कारण होते हैं । साइकोन्यूरोसिस की अपेक्षा साइकोसिस की अवस्था में व्यक्ति का बाह्य जगत से ज्यादा सम्बन्ध-विच्छेद हो जाता है । साइकोसिस-ग्रस्त व्यक्ति में अन्तर्दृष्टि का अभाव हो जाता है जिससे वह अपने व्यवहार को अप्रकृत नहीं समझता ।

यूक ने साइकोन्यूरोसिसों का प्रादुर्भाव व्यक्तिगत अचेतन (Personal Unconscious) और उसमें शमन हुए अनुभवों से और साइकोसिसों का प्रादुर्भाव सामूहिक अचेतन (Collective Unconscious) से माना है । यूक का कहना है कि “अचेतन न्यूरोटिक द्वन्द्व चेतन की पहुँच के अन्दर होते हैं इसलिए उनको समझा जा सकता है । किन्तु साइकोसिसों की अचेतन सामग्री को समझा नहीं जा सकता” क्योंकि वह सामूहिक अचेतन की अबोधिकता से प्रादुर्भूत होती है । “साइकोसिस में अचेतन मन चेतन मन से ज्यादा शक्तिशाली बनकर अवरोधों को तोड़कर प्रादुर्भूत होता है और व्यक्ति पर अनायास ही हावी हो जाता है । इसलिए साइकोसिस में हम अपने संचारी-भावों और अबोधिक विचारों से पूरी तरह अभिभूत हो जाते हैं । न्यूरोसिस का प्रादुर्भाव व्यक्तिगत अचेतन से होता है इसलिए उस पर हमारा कुछ न कुछ नियंत्रण बना रहता है । शायद इसी कारण साइकोसिस की अपेक्षा न्यूरोसिस का उपचार जल्दी हो जाता है ।”

अब पहले साइकोन्यूरोसिस और उसके बाद साइकोसिस के प्रमुख रूपों पर विचार किया जायगा ।

छठा खण्ड

साइकोन्यूरोसिस

साइकेस्थीनिया

साइकेस्थीनिया शब्द का प्रयोग अप्रकृत मनोविज्ञान में कुछ समय पहले जिस प्रचुरता से किया जाता था उस तरह अब नहीं किया जाता । किंतु साइकेस्थीनिया शब्द आज भी प्रयुक्त होता है । साइकेस्थीनिया का शाब्दिक अर्थ मानसिक शक्ति का ह्रास हो जाना होता है । साइकेस्थीनिया के अन्तर्गत फोबिया (phobia), पर्यावरण (absessions), बाध्यक्रियाएँ (compulsions) और टिक (tics) आते हैं । आजकल कुछ मनोचिकित्सक फोबिया का वर्गीकरण पर्यावरण और बाध्य-क्रियाओं से अलग करते हैं । जैने ने जिन अवस्थाओं को साइकेस्थीनिक कहा था कुछ विज्ञ उन्हें आकुलता-अवस्थाओं (anxiety-states) के अन्तर्गत रखते हैं । जैने ने साइकोन्यूरोसिस के केवल दो वर्ग माने थे—साइकेस्थीनिया और हिस्टीरिया, और हिस्टीरिया के अन्तर्गत न आने वाले साइकोन्यूरोसिसो को साइकेस्थीनिया के अन्तर्गत रख दिया था । अप्रकृत मनोविज्ञान पर जैने के विचारों का भारी प्रभाव पड़ा है, इसलिए वर्गीकरण की समस्याओं को छोड़कर साइकेस्थीनिया के विभिन्न रूपों को समझ लेना चाहिए ।

फोबिया (phobia)—बहुत से लोग अपने परिवेश के अनेक पक्षों के प्रति अप्रकृत रूप से सावधान और भयभीत रहते हैं । उन्हें नदी नाले पार करने, पहाड़ों पर चढ़ने, रात में अकेले रहने आदि में बेहद डर लगता है । डर लगना एक स्वस्थ क्रिया है लेकिन डर जब स्वस्थ डर की सीमा के बाहर जाकर व्यक्ति पर अस्वस्थकर प्रभाव डालने लगता है तो उसे फोबिया कहा जाता है । फोबिया के अनेक रूप होते हैं जिन्हें स्पष्ट करने के लिए विभिन्न उत्तेजनाओं को विशेषण की तरह प्रयुक्त कर लिया जाता है, जैसे जनफोबिया, उच्चन्याय-फोबिया, बन्दस्थानफोबिया, रक्तफोबिया आदि । फोबिया व्यक्ति और पशुचैतन्य के सम्बन्ध के किमी भी सजात्मक (perceptual) पक्ष में उत्पन्न हो सकता है ।

मनोजन्य (psychogenic) दृष्टि ने फोबियाओं को तीन वर्गों में रखा जा सकता है (१) मायात्मक मूल फोबिया, (२) प्राणीमात्मक मूल फोबिया और (३) प्राणीमात्मक प्रमूल फोबिया । मायात्मक मूल

फोबिया में व्यक्ति किसी मूर्त (concrete) उत्तेजना से डरने लगता है और उसके लिए उस उत्तेजना का अर्थ बिल्कुल शाब्दिक होता है। बैंग्बी द्वारा प्रस्तुत एक केस देखिए :

केस ६—एक कुलीन २० साल की लड़की को बहते पानी का फोबिया हो गया। बहते पानी की आवाज सुनकर उसके अन्दर बहुत तीव्र डर पैदा हो जाता था। लड़की को अपने डर का कारण स्वयं नहीं मालूम था। रेलगाड़ी से यात्रा करते समय वह गाड़ी को नदी नालो पर से गुजरते देखने के डर से खिड़कियाँ गिरा लेती थी।

बाद में यह पता चला कि उसके फोबिया की उत्पत्ति १३ साल पहले होने वाली एक घटना से हुई थी जब कि लड़की की उम्र केवल सात साल की थी। लड़की अपनी माँ और चाची के साथ घूमने गई थी। माँ उसे चाची के साथ छोड़कर घर जल्दी लौट आई थी। चाची के साथ घूमते-घामते लड़की उसका कहना न मानकर पर्वतीय प्रदेश में अकेले इधर उधर दौड़ने लगी। बाद में उसकी चाची ने उसे दो चट्टानों के बीच में फँसे पाया जहाँ पानी लड़की के सिर पर से होकर बह रहा था। लड़की बुरी तरह भयभीत हो गई थी और चाहती थी कि इस घटना का जिक्र उसकी माँ से न किया जाय जिसे चाची ने मान लिया था। दूसरे दिन चाची के जाने के बाद लड़की के अन्दर बहते पानी के प्रति फोबिया हो गया और १३ साल तक बना रहा। १३ साल बाद चाची फिर आई और जब उन्हें लड़की का हाल बताया गया तो उन्होंने १३ साल पहले की घटना का उल्लेख किया। जब लड़की को उस घटना की याद दिलाई गयी तो उसके बाद से उसका फोबिया दूर हो गया।

व्याख्या—साधारण फोबिया डर के किसी अनुभव से उत्पन्न होता है। कालान्तर में मूल उत्तेजना के समान उत्तेजना को देखकर डर तो लगता रहता है किंतु प्रारम्भिक अनुभव की कोई याद नहीं रह जाती। उपर्युक्त केस में बहता पानी देखकर लड़की को डर तो लगता था किन्तु, उसे यह याद नहीं रह गया था कि उस डर का आदि कब और कैसे हुआ था। लड़की जानती थी कि उसका इस तरह डरना बिल्कुल अनर्गल है लेकिन वह चाहकर भी अपने डर पर कोई नियंत्रण नहीं रख पाती थी। बैंग्बी के अनुसार फोबिया में डर के साथ साथ अपराध या आत्मभर्त्सना की भावना भी होती है।

फोबिया को समझने के लिए डरने वाली स्थिति के साथ साथ व्यक्ति के तत्कालीन उद्देश्य को जानना भी जरूरी होता है। फोबियाग्रस्त व्यक्ति के

आत्मनिर्माणिक अतिरजित और असशोधित होते हैं जिससे वह किसी प्रकार के नियंत्रण में रहना पसन्द नहीं करता। जब उसकी अतिरजित स्वतंत्रता पर डर का अंकुश लग जाता है तो उसमें आत्मप्रताडना की भावना पैदा होती है और वह अपने को अपराधी समझने लगता है। एक बार डरावनी स्थिति से निकल जाने पर उसकी अतिरजित स्वतंत्रता फिर जोर पकड़ती है और अपराध की भावना असहनीय बन जाती है। असहनीय अपराध-भादना का तो शमन हो जाता है किन्तु डर फिर भी अतिरजित स्वतंत्रता के लिए एक अंकुश की तरह बना रहता है। केस ६ में लड़की मूल घटना-जन्य अपराधभावना को तो भूल चुकी थी किन्तु डर का अंकुश आवश्यकता न होने पर भी उसके सामने बना रहता था। इस प्रकार साधारण मूर्त फोवियाओं को आत्मप्रताडना का एक विशेष रूप कहा जा सकता है।

प्रतीकात्मक मूर्त फोविया—इस प्रकार की फोविया में व्यक्ति किसी मूर्त (concrete) उत्तेजना जैसे चाकू, धूल या कीड़ों आदि से डरने लगता है जिनका उसके लिए कोई महत्वपूर्ण प्रतीकात्मक अर्थ होता है। व्यक्ति की अभिरुचि की दिशा और उद्देश्यों की व्यवस्था के प्रसंग में फोविया का प्रतीकात्मक अर्थ व्यक्ति के लिए खतरनाक साबित होता है। व्यक्ति की भावात्मक अतिरजित अभिरुचि को इच्छा कहा जा सकता है और फोविया में वह इच्छा छिप जाती है। कुछ फोवियाओं में वह इच्छा आत्मकेन्द्रित होती है, कुछ में जातिकेन्द्रित और कुछ लोगों के व्यक्तित्व के विकास में जातिकेन्द्रित और आत्मकेन्द्रित उद्देश्यों के ठीक से सगठित न हो सकने से भी होती है। फिगर द्वारा प्रस्तुत एक केस देखिए जिसमें रोगी की इच्छा पिता की मृत्यु होने पर प्रकट हुई थी

केस ७—एक युवती को हमेशा यह डर लगा करता था कि उसकी माँ उसे एक खास चाकू भोककर मार डालेगी जो रंगोईघर में रक्ता रहता था। उसका यह डर इतना तीव्र था कि वह रात को माँ के गो जाने के बाद ही सो पाती थी। वह जानती थी कि उसका इस तरह डरना निर्मूल है किन्तु फिर भी वह चाकू को छूने में घबराती थी। वह यह भी जानती थी कि वह चाकू से केवल डरती ही नहीं थी किन्तु चाकू के प्रति आकर्षित भी थी। एक महत्वपूर्ण बात यह थी कि उसे उन चारों को नष्ट कर देने का कभी कोई न्याय नहीं आता था। युवती मिथिल और नम्रभदार थी। उसके दो बड़े भाई थे। वह अपने पिता को बहुत चाहती थी। पिता को मरे यद्यपि काफी घर्षा हो गया था किन्तु वह पिता

को स्वप्नो मे अक्सर देखती थी । माँ के प्रति वह भय, ईर्ष्या और सहानुभूति की मिश्रित भावनाएँ रखती थी ।

व्याख्या—प्रतीकात्मक मूर्त फोबियाएँ सेक्स, राग, निर्देशन और सहानुभूति के अतिरजित प्रेरको के प्रति रक्षात्मक उपाय होती हैं । उनके द्वारा अतिरजित अभिरुचि या आकर्षण का विस्थापन (displacement) किसी प्रतीकात्मक उत्तेजना पर हो जाता है । प्रतीकात्मक उत्तेजना में निहित आकर्षण व्यक्ति के आत्मनिर्धारण के लिए एक खतरा बना रहता है जिससे डर उत्पन्न होता है । डर के कारण व्यक्ति का ध्यान आकर्षित करने वाली उत्तेजना पर से हट जाता है । यह केस ७ के विश्लेषण से स्पष्ट हो जायगा ।

युवती बचपन में अपने माँ-बाप के पास सोती थी और सबेरे अपने पिता के साथ खेलती थी । पिता के प्रति अतिशय प्रेम ने उसके जीवन को पूरी तरह अभिभूत कर रखा था । विश्लेषण के समय युवती को इतना ही याद पड़ा कि जब वह लगभग दस वर्ष की थी तो उसका एक भाई उससे शारीरिक घनिष्ठता बढ़ाने के लिए रात में उसके पास आया करता था जिससे उसे बेहद मानसिक पीडा होती थी किन्तु फिर भी उसने यह बात किसी को बताई नहीं थी । भाई के सम्पर्क से युवती ने मैथुन-विषयक बहुत सी बातें जान ली थी और मन ही मन अपने माँ-बाप के सम्बन्ध का पूर्ण अनुमान कर लिया था । पिता के प्रति आकर्षण के साथ साथ अब युवती की मैथुन भावना भी जुड़ गई थी । सयानी हो जाने पर उसे पिता के प्रति बढ़ती हुई अपनी इन भावनाओं से अपनी रक्षा करना अनिवार्य हो गया । इस प्रकार वह अपने विचारों में खोयी खोयी सी रहने लगी क्योंकि उसके आत्मनिर्धारण और नैतिक आदर्शों पर चोट पड़ रही थी ।

भाई के साथ होने वाले अनुभवों से युवती को जो मानसिक और शारीरिक पीडा होती थी उससे उसकी मैथुन क्रिया ने चाकू भोके जाने की धारणा का रूप ले लिया था । दूसरे, इस विचार से कि उसका पिता उसकी माँ के लिए है उसके लिये नहीं, युवती के मन में अपनी माँ के प्रति अपराध-काम्प्लेक्स भी बन चुका था । अपराध-काम्प्लेक्स और चाकू भोके जाने के विचारों की उत्पत्ति रुचि और राग के एक ही आधार पर होने से युवती के मन में माँ द्वारा चाकू भोके जाने का अनगल विचार घर कर गया था और प्रतीकात्मक रूप में उसके पितृप्रेम के मार्ग में आ गया था । इसलिए वह पिता के प्रति जितनी ही आकर्षित होती थी उसके मन में चाकू भोके जाने का डर उतना ही तीव्र रूप ले लेता था । इस प्रकार पिता के प्रति आकर्षण जाग्रत होने पर डर का जाग्रत होना युवती के लिए एक विषम स्थिति से बचने का रक्षात्मक उपाय था ।

युवती जिस चाकू से डरती थी उसकी शकल शिश्न (penis) से मिलती जुलती थी । चाकू के प्रतीकात्मक अर्थ (शिश्न) से भावात्मक राग रखने से उसके मन में चाकू को नष्ट करने का ख्याल नहीं आता था । वह पिता विषयक जो स्वप्न देखती थी वे मैथुनात्मक होते थे । फोबिया के मिट जाने पर युवती की अपनी माँ के प्रति पुरानी आशका, भाइयो के साथ अकेले रहने का डर, पिता के विषय में ज्यादा सोचना आदि भी समाप्त हो गए ।

प्रतीकात्मक अमूर्त फोबिया—फोबिया के इस रूप में व्यक्ति परिवेश की किसी उत्तेजना या उसके किसी प्रतीकात्मक अर्थ से न डरकर अपनी ही किसी आन्तरिक प्रेरणा से डरने लगता है और वह आन्तरिक प्रेरणा उसके परिवेश से सम्बन्धित न होकर उसी से सम्बन्धित होती है । मानसिक सतुलन और स्थायित्व जातीय और आत्मीय उद्देश्यों के सुसंगठन पर निर्भर होता है । वह संगठन तभी हो सकता है जब दोनों प्रकार के उद्देश्य एक सम्मिलित इकाई बनकर मनुष्य के बहुमुखी व्यवहार का संचालन करें । अमूर्त (abstract) फोबियाग्रस्त व्यक्ति वचन के किसी कटु अनुभव के कारण अपने बहुमुखी व्यवहार में अपनी सारी शक्ति नहीं लगा पाता । उसकी कुछ मानसिक शक्ति हमेशा रुकी रहती है और वह उसके मानसिक संगठन में धुल-मिल नहीं पाती और इस प्रकार आत्मनियंत्रित बन जाती है । आत्मनियंत्रित होकर वह व्यक्ति के मानसिक संगठन के लिए एक खतरा होती है और अवसर विशेष पर अमूर्त फोबिया का कारण बन सकती है । लेखक द्वारा प्रस्तुत एक केस देखिए,

केस ८—प्रताप एक गरीब घर का लड़का था । वह अपने पाँच भाई बहनो में चौथा था । उसकी माँ महत्वाकांक्षी तथा पिता नापरवाह था । आर्थिक सकट के कारण उसकी पारिवारिक स्थिति शोचनीय थी । किंतु स्वयं महत्वाकांक्षी होने से प्रताप ने अपने अव्यवसाय से पढ़-लिख कर एक अच्छी नौकरी पा ली थी । वह जीवन में आगे भी बहुत कुछ करने की इच्छा रखता था । प्रताप ने प्रेम-विवाह किया था और पत्नी में उसे बड़ी बड़ी आशाएँ थी । किंतु पत्नी चंचल, मनमौजी, दुराचारी स्वभाव की और तपेदिक की मरीज निकली जिससे प्रताप के आत्मनिर्धारण को बड़ा पक्का लगा ।

प्रताप पत्नी को देखने के लिए अनेकानेक चिन्ताओं के प्रति आकर्षित होने लगा । लेडी डॉक्टर में उसे निरोधित वे सभी गुण दिखाए गए जिन्हें वह अपनी पत्नी में देखना चाहता था चर्चित देख न सारा था । धीरे धीरे वह अपनी पत्नी और एकमात्र बच्चे में प्रियता उत्पन्न करने लगे

घर उसके लिए एक धर्मशाला सा बन गया। वह लेडी डाक्टर से विवाह करने की योजनाएँ बनाने लगा। उसने अपनी पुरानी मान्यताओं और आदर्शों को तिलाजलि दे दी और अब उसकी सारी विचारधारा, अनुभूति और चेष्टाएँ पुरानी महत्वाकांक्षा पर फिर केन्द्रित होने लगी। धीरे-धीरे उसे अकेले रहने में डर लगने लगा, वह अकेले निकलने में भी डरने लगा। वह जब अकेला निकलने की चेष्टा करता था तब काँपने लगता था और उसके मन में मूर्च्छित होने और मृत्यु के विचार आने लगते थे।

प्रताप की इस फोबिया का कारण स्पष्ट है। महत्वाकांक्षा की दिशा में सुरक्षित उसकी शक्ति उसके मानसिक संगठन के लिए एक खतरा बन चुकी थी। तीव्र महत्वाकांक्षा ने उसे सतुलनात्मक स्तर पर चेष्टा करने से वंचित कर दिया था जिससे उसकी सुरक्षित शक्ति को बल मिलता था और वह उसके अंदर अस्वस्थ डर पैदा करती थी। आत्मनिर्भरता की कमी से प्रताप को अकेले निकलने में भी डर लगा करता था। उसका अकेले निकलने से डरना आत्मनिर्भरता की कमी का प्रतीक था। एक ओर तो वह आत्मनिर्भरता के अभाव से सतुलनात्मक स्तर पर चेष्टा करने के अयोग्य बन गया था और दूसरी ओर उसकी पुरानी महत्वाकांक्षा उसे बेचैन किए रहती थी। इसका सम्मिलित परिणाम प्रताप के लिए एक अमूर्त फोबिया बन गया और वह अपनी ही महत्वाकांक्षा की आन्तरिक प्रेरणा से डरने लग गया।

पर्यावरण (obsession)—किसी अबौद्धिक और व्यक्ति के नियंत्रण के बाहर निश्चित मानसिक क्रिया को पर्यावरण कहा जाता है। पर्यावरण की अवस्था में व्यक्ति के मन के अन्दर कोई परेशान करने वाला विचार लगातार मौजूद रहता है। व्यक्ति उस विचार की अनर्गलता को समझता तो है किंतु कुछ कर नहीं पाता। उस विचार से परेशान होने से व्यक्ति की रागात्मक प्रतिक्रिया जाग्रत हो जाती है जबकि परेशानी का कोई वास्तविक आधार नहीं होता। रास द्वारा प्रस्तुत एक केस देखिए :

केस ६—एक रोगी में अंक १३ का पर्यावरण हो गया था। 'तेरह' शब्द सुनकर उसे एक घक्का सा लगता था और वह बहुत परेशान हो जाता था। हर महीने की तेरहवी तारीख को वह विस्तर पर ही पड़ा रहता था। वह लोगो की बातचीत में अंक १३ ही ढूँढ़ा करता था। जीना चढ़ने पर वह तेरहवी सीढ़ी पर पैर न रखकर चौदहवी पर छलांग मार जाता था। वह अंक १३ से बचने की इतनी कोशिश करता था कि और कुछ करने लायक ही नहीं रह गया था। उसे 'तेरह' से बड़ा डर लगता था और वह अंक उसके लिए एक स्थायी चिंता का कारण बन चुका था।

रागात्मक दृष्टि से इस केस को फोबिया के अन्तर्गत रखा जा सकता है क्योंकि इसमें डर की प्रधानता है। अन्तर केवल इतना ही है कि फोबिया में व्यक्ति के सामने फोबिया उत्पन्न करने वाली उत्तेजना या स्थिति मौजूद रहती है जबकि पर्यावरण में व्यक्ति उत्तेजना को अनायास ढूँढता है। उपर्युक्त केस में व्यक्ति अक तेरह के सामने आने पर ही परेशान नहीं होता था वरन् स्वयं अनायास रूप से लगातार अक तेरह के बारे में सोचता रहता था और उसको ढूँढने की कोशिश करता था।

व्याख्या—उपर्युक्त केस में व्यक्ति ने अपने पर्यावरण की निम्नलिखित व्याख्या की जब वह सोलह साल का था तो एक लड़की के सम्पर्क में आया था जो अक तेरह के प्रति अधविश्वास रखती थी। लड़की से ज्यादा घनिष्ठ होने में उसके कुछ विश्वासों की छाप इस व्यक्ति पर भी पड़ गई थी। विश्लेषण करने पर यह पता चला कि लड़की की तरफ से बढ़ावा मिलने पर वह व्यक्ति उसमें मैथुनात्मक सम्बन्ध रखने लगा था। किंतु इन मामलों में वह था बड़ा नैतिक और उसे अपनी कमजोरी पर पश्चात्ताप था। कालान्तर में उसने इस घटना का शमन पूरी तरह से कर दिया था और साठ साल की उम्र हो जाने पर भी उसे अभिमान था कि वह सदा पत्नीव्रत ही रहा है। स्पष्ट है कि उस व्यक्ति ने पत्नीव्रत की धारणा से अतिशय आत्मनिर्धारण कर रखा था। अक तेरह उसके लिए आशिक रूप से एक मैथुनात्मक प्रेरक और लड़की के साथ के अनुभव का स्थानापन्न प्रतीक था। नैतिक पवित्रता का जीवन बिताने में उस व्यक्ति के अन्दर उठने वाले मैथुनात्मक विचारों ने अक तेरह का रूप ले रखा था।

पर्यावरण व्यक्ति के जातीय और आत्मीय प्रेरकों में कोई समुचित संगठन न हो पाने से होता है। केस ६ में व्यक्ति के जातीय (मैथुनात्मक) प्रेरक और पत्नीव्रत के आत्मीय आदर्श के प्रेरक में संगठन नहीं हो पाया था जिससे व्यक्ति पर्यावृत रहता था। पर्यावरण (obsession) में जातीय और आत्मनिर्धारित मूल्यों के अतिरिक्त व्यक्तित्व और व्यक्ति के स्वभाव का भी स्थान रहता है। जातीय और आत्मीय प्रेरकों में संगठन न होने में उन दोनों में समझौता कराने की आवश्यकता पड़ती है और वह समझौता किसी स्थानापन्न प्रतीकात्मक चिन्ता द्वारा ही हो सकता है। उपर्युक्त केस ६ में व्यक्ति के जातीय और आत्मीय प्रेरकों का समझौता अक नेग्रो के स्थानापन्न प्रतीक द्वारा हुआ था। समझौते के परिणाम स्वरूप व्यक्ति का मानसिक मनुष्य एक सीमा तक नियंत्रित रहता है और तब से विरोधी प्रेरकों में से किसी एक में ही पूरी तरह अभिभूत होने से बच जाता है।

माध्यकियाँ (Compulsions)—जिसी शब्दों को व्यक्ति के नियंत्रण में न रहने वाली निश्चित और लगातार होने वाली पद्धत शारीरिक चिन्ता

को बाध्यक्रिया कहा जाता है । पर्यावरण (obsession) और बाध्यक्रिया में केवल इतना ही अन्तर होता है कि पर्यावरण मानसिक क्रिया होती है और बाध्यक्रिया एक प्रत्यक्ष शारीरिक क्रिया । पर्यावरण कभी कभी बाध्यक्रिया द्वारा भी अभिव्यक्त हो सकता है । बाध्यक्रिया सम्बन्धी लेखक द्वारा प्रस्तुत एक केस लीजिए .

केस १०—प्रेम नामक उन्नीस साल की लड़की दिन में कमरे में कई बार भाड़ू लगाने को बाध्य हो जाया करती थी । इस बाध्यक्रिया से उसके एक अनुभव का सम्बन्ध था । एक बार उसने अपने कमरे में खड़े होकर मैथुन करवाया था जिससे कमरे का साफ सुथरा फर्श गन्दा हो गया था । मैथुन के इस अनुभव से प्रेम को बड़ी आत्मग्लानि हुई थी जिससे उसकी मैथुन प्रेरणा और सुपरईगो (superego) में द्वन्दात्मक सम्बन्ध स्थापित हो गया था । उस द्वन्द का कोई समाधान न कर सकने से प्रेम उसे भुला देना चाहती थी जिससे स्पष्ट है कि उसके मन में अपराध-भावना भी पैदा हो चुकी थी । मैथुन-अनुभव-जन्य मानसिक गन्दगी को मिटाने (भुलाने) के शर्मनाक ख्याल ने कमरे की गन्दगी मिटाने का स्थानापन्न बनकर प्रेम के मन में कमरे को हमेशा साफ रखने की बाध्यक्रिया (compulsion) पैदा कर दी थी । कमरा साफ करने की बाध्यक्रिया अपने ही मन को साफ करने का प्रतीक थी । बाद में जब प्रेम ने अपने मैथुनात्मक अनुभव और बाध्यक्रिया के सम्बन्ध को समझ लिया तो उसकी बाध्यक्रिया का अन्त हो गया ।

बाध्यक्रियाओं की व्याख्या में लगभग वही सब कहा जा सकता है जो पर्यावरण की व्याख्या में पहले कहा जा चुका है । बाध्यक्रिया का अवरोध करने पर मानसिक कष्ट और बड़ी बेचैनी मालूम होती है ।

साइकेस्थीनिक टिक (tics)—बाध्यक्रियाओं के समान किन्तु बिना किसी उद्देश्य के किसी अंग में जो फड़कन होती है उसे टिक कहा जाता है । टिक किसी मासपेशी या मासपेशियों के समूह में लगातार या रह रह कर हो सकती है । व्यक्ति उसे अनर्गल जानते हुए भी रोक नहीं पाता और इससे उसे बड़ा मानसिक कष्ट होता है । टिक यों तो किसी शारीरिक मासपेशी से सम्बन्धित हो सकती है किन्तु वे आँख, मुँह और गर्दन की मासपेशियों में अक्सर होती हैं । टिकों (tics) को अर्जित प्रक्षिप्त क्रियाएँ कहा जा सकता है ।

केस ११—एक युवक के जब वह किसी लड़की की उपस्थिति में होता था वार्ड और के गाल में टिक होने लगती थी । टिक लगभग तीन साल से उसके लिए एक मानसिक कष्ट बनी हुई थी । विश्लेषण द्वारा टिक

की उत्पत्ति के विषय में यह पता चला कि युवक जब पन्द्रह साल का था तो एक दिन वह अपनी एक परिचित लड़की से बातचीत कर रहा था । लड़की ने शरारतन युवक की जेब से फाउन्टेनपेन निकाल लिया । युवक ने पेन छीनना चाहा किन्तु लड़की ने उसे अपनी चोली के अन्दर डाल लिया और युवक को एक मूक चुनौती दे डाली । युवक अकस्मात् उत्तेजित होकर बड़े असमञ्जस में पड़ गया और तब पहली बार उसने अपने गाल में टिक होने का अनुभव किया ।

युवक का बाल्यकाल अपनी माँ और छोटी बहन के दबाव में बीता था जिससे उसमें औरतो से दबने की मनोवृत्ति बन गई थी । युवा होने पर उसने अपना आत्मनिर्धारण पुरुषोचित गुणों से कर औरतो से न दबने का दृढ सकल्प कर लिया था । लड़की की चोली में से पेन निकालने की मूक चुनौती मिलने पर युवक के आत्मनिर्धारण से बने नए सकल्प ने जोर मारा और वह लड़की से हारना नहीं चाहता था । किन्तु औरतो से दबने की उसकी पुरानी मनोवृत्ति भी नहीं मिटी थी । नतीजा यह हुआ कि उसने एकाएक उत्तेजित होकर अपने को असहाय पाया और टिक का अनुभव किया । टिक ने उसका ध्यान एक विषम स्थिति से हटा दिया । टिक उसके और लड़की के बीच दूरी डालने का एक साधन था । औरतो के प्रति अपनी मनोवृत्ति सशोधित कर लेने पर ही युवक को टिक से छटकारा मिल सकता था ।

साइकेस्थीनिया सैद्धान्तिक विवेचन—साइकेस्थीनिया के इन विभिन्न रूपों में बहुत समानता होती है । मनुष्य अपने व्यवहार की अनगणना जानते हुए और अपने पर नियंत्रण रख सकने की इच्छा करते हुए भी नियंत्रण नहीं रखा पाता । साइकेस्थीनिया के विभिन्न रूप मनोवैज्ञानिक दृष्टि से मनुष्य में अक्षमता की भावना पैदा करते हैं । भयकर बीमारी आदि में हर रोगी के मन में कुछ चिन्ताजनक अनर्गल विचार उठते हैं और अक्षमता की भावना पैदा करते हैं । लेकिन रोगी ज्यों ज्यों अच्छा होता जाता है त्यों त्यों उनके ये विचार अपने आप अदृश्य होते जाते हैं । किन्तु बिना किमी बीमारी के ही चिन्ताजनक अनर्गल विचारों का अकस्मात् ही मन में उठने लगना एक शोचनीय समस्या है । इन समस्या का समाधान करने के लिए साइकेस्थीनिया विषयक अनेक मत प्रस्तुत किए गए हैं ।

हालिंगवर्थ का मत—हालिंगवर्थ ने साइकेस्थीनिया का कारण तिनो प्राचिनिक रोगात्मात मनुष्य—विशेषकर उर—को माना है । हमने कोपियाको को व्यापक अवश्य अच्छी तरह से जानी है । हालिंगवर्थ का मत मनुष्य के अनेक पक्षों के प्रत्यक्ष मनोविज्ञान पर आधारित है । यह भी तिनो स्थिति

मे अगर पहले की स्थिति से समानता रखने वाली कोई भी बात होती है तो वह पहले की स्थिति से उत्पन्न होने वाले डर को फिर से जाग्रत कर देती है। निस्सदेह बहुत से फोबियाओ का आधार कुछ इसी तरह के अनुभव में होता है। किन्तु कुछ लोगो को अत्यन्त आघातिक अनुभव होने पर भी फोबिया नहीं होता। आघातिक अनुभव कुछ लोगो में ही फोबिया क्यों उत्पन्न करता है ? जरूर उसके पीछे आघातिक अनुभव की अपेक्षा कोई अन्य कारण भी होता होगा।

विघटित-प्रतिक्रिया (dissociate-reaction) मत—इस मत के अनुसार बचपन में अनुभव किए गए किसी रागात्मक अभाव से प्रतिक्रिया का जो रूप बन जाता है वह व्यक्तित्व की इकाई में समन्वित या सगठित नहीं हो पाता। प्रतिक्रिया का वह रूप व्यक्तित्व के समन्वित रूप से सर्वथा अप्रभावित रहकर स्वतन्त्र क्रिया करने लगता है। मौलिक अनुभव कोशिश करने पर याद आ भी सकता है और नहीं भी। इस मत से फोबियाओ के अतिरिक्त साइकेस्थीनिक टिको की व्याख्या भी भलीभाँति हो जाती है। व्यक्ति के पूर्व इतिहास पर काफी ध्यान देने से यह स्पष्ट हो जाता है कि उसकी अवाछित क्रियाएँ बचपन में बन गई असंतुलित आदतों का परिणाम होती हैं। शिक्षा की उपेक्षा से बच्चों में कुछ अचेतन अवाछनीय आदतें पड़ जाती हैं। शायद टिको के पीछे कुछ ऐसा ही इतिहास होता हो।

जैने का मत—फ्रांसीसी मनोचिकित्सक जैने ने साइकेस्थीनिया पीड़ित और प्रकृत व्यक्ति में अनेक प्रकार का अन्तर माना है। साइकेस्थीनिया-पीड़ित व्यक्तियों की सायास (voluntary) क्रियाओं का क्षेत्र बहुत सीमित होता है। उनमें निश्चयशक्ति का अभाव होता है। उन लोगो के लिए जगत की वास्तविकता उतनी स्पष्ट और निश्चित नहीं होती जितनी कि प्रकृत व्यक्ति के लिए होती है। व्यक्ति जगत की वास्तविकता की बहुमुखी स्पष्टता और निश्चितता को अपनी परिपक्वता के अनुपात से अर्जित करके समझता है। थकान आदि की अवस्था में व्यक्ति जगत की वास्तविकता का पूर्ण ज्ञान नहीं कर पाता और अपूर्ण ज्ञान और अधूरे सतुलन के स्तर पर ही रह जाता है जिससे उसमें अक्षमता की भावना पैदा हो जाती है। ऐसे व्यक्ति के सामने यदि कोई ऐसी स्थिति आ जाय जिसका सामना करने के लिए उच्चतम शारीरिक एवं मानसिक तनाव (tension) की आवश्यकता हो तो उसकी प्रतिक्रिया का रूप उस स्थिति के लिए अपर्याप्त हो सकता है। प्रतिक्रिया के अपर्याप्त रूप की अभिव्यक्ति टिको आदि से प्रकट होने वाले प्रभावकीय असंगठन द्वारा हो सकती है। जैने ने इसको मनोवैज्ञानिक तनाव का परिवर्तन कहा है। साइकेस्थीनिया-पीड़ित व्यक्तियों में मनोवैज्ञानिक तनाव का परिवर्तन

हो जाता है और प्रकृत व्यक्तियों के तनाव के समान नहीं रहता । मनोवैज्ञानिक तनाव की कमी के कारण व्यक्ति फोबिया, पर्यावरण, वाय्व्यक्रियाओं आदि का शिकार बन जाता है ।

मनोवैज्ञानिक तनाव की कमी का कारण किसी जन्मजात या वचपन की दुर्बलता के कारण भी हो सकता है । तनाव की कमी होने से व्यक्ति विभिन्न स्थितियों से अपना यथेष्ट सतुलन करने में अक्षम रहता है और उसकी मानसिक क्रियाएँ दुर्बल बनी रहती हैं । जैने के इस सिद्धान्त से साइकेस्थीनिया के विभिन्न रूपों की व्याख्या तो हो जाती है किंतु यह स्पष्ट नहीं हो पाता कि मनो-वैज्ञानिक तनाव की कमी साइकेस्थीनिया के किसी एक विशेष रूप में ही क्यों प्रकट होती है, दूसरे में क्यों नहीं ?

फ्रायट का मत—फ्रायट ने यद्यपि साइकेस्थीनिया की धारणा को कुछ कारणों से स्वीकार नहीं किया है किंतु उसके अनुयायियों ने उसकी मान्यताओं को जैने द्वारा प्रस्तुत साइकेस्थीनिया के लक्षणों पर लागू करने का प्रयत्न किया है । उनके अनुसार साइकेस्थीनिया का कारण किसी इच्छा के शमन में होता है । मनोविश्लेषणात्मक दृष्टि से इच्छा दो पक्षों से निर्मित होती है प्रात्ययिक (ideational) और रागात्मक (affection) । इच्छा का रागात्मक पक्ष लिबिडो (libido) का अविभाज्य अंग होता है । कभी कभी किसी इच्छा का शमन पूरी तरह से हो जाता है । तब उम इच्छा से सम्बन्धित रागात्मक शक्ति पक्षाघात या सवेदनशून्यता जैसे किसी आगिक रोग के रूप में अभिव्यक्त होती है । अगर इच्छा का शमन पूरी तरह से न होकर अधूरा रहता है तो उस अधूरे शमन में इच्छा के प्रात्ययिक पक्ष का ही शमन होता है और रागात्मक पक्ष की शक्ति का शमन नहीं होता । उस रागात्मक पक्ष की शक्ति अगर डर में परिवर्तित हो जाती है तो व्यक्ति को फोबिया हो जाता है । रागात्मक पक्ष की शक्ति किमी और प्रत्यय पर विस्थापित होकर पर्यावरण (obsession) और वाध्यक्रियाओं (compulsions) का कारण बन सकती है । १५ अक्तूबर १८९४ को लिखे गए अपने एक पत्र में फ्रायट ने पर्यावरण को वचपन में अनुभव किए मैथुन मुत्र का परिणाम बताया है जो बाद में अपराध-भावना में परिवर्तित हो जाता है । फोबिया, पर्यावरण, वाध्य-क्रियाओं आदि का वास्तविक कारण अचेतन में होता है और उसे मनोविश्लेषण द्वारा ही जाना जा सकता है । प्रेरक इच्छा के प्रात्ययिक पक्ष का शमन हो जाने में फोबिया, पर्यावरण आदि का प्रादि समझ में नहीं आना और रागात्मक शक्ति के विस्थापन से मान्य व्यक्ति को उनमें अभिभूत होना ही पड़ता है ।

फोबिया, पर्यावरण और बाध्यक्रियाएँ एक दृष्टि से रक्षात्मक होती हैं । वे व्यक्ति का ध्यान वास्तविक कारण की ओर नहीं जाने देती और इस प्रकार उसे जघन्य कार्य करने से बचाती हैं । यो भी कहा जा सकता है कि साइके-स्थीनिक व्यवहार हमारी इच्छाओं और शमन हो चुकी शक्तियों में एक समझौता-सा होता है । साइकेस्थीनिया का आधार अपराध-भावना, मैथुन, अरक्षा, हीनता की भावना या जातीय और आत्मीय उद्देश्यों के द्वन्द्व में दिखाकर उसकी गत्यात्मक व्याख्या भी की जा सकती है । उपर्युक्त सब केसों में साइकेस्थीनिया की गत्यात्मक व्याख्या ही की गई है ।

हिस्टीरिया, एपीलेप्सी, बहु-व्यक्तित्व

हिस्टीरिया शब्द ग्रीक भाषा के 'हिस्टेरा' (hystera) शब्द से बना है। हिस्टेरा शब्द का अर्थ स्त्री का गर्भाशय होता है इसलिए अपने मूल अर्थ में हिस्टीरिया स्त्री के गर्भाशय के किसी दोष के कारण उत्पन्न होने वाला विकार समझा जाता था और हिस्टीरिया रोग स्त्रियों तक ही सीमित माना जाता था। किंतु आजकल हिस्टीरिया शब्द का पुराना अर्थ बदल गया है और उसे स्त्रियों तक ही सीमित नहीं माना जाता। फ्रायट और जेने ने हिस्टीरिया के लक्षणों की व्याख्या करके उनका कारण मनोजन्य (psychogenic) बताया है और उनके अलग अलग वर्गीकरण किए हैं। हिस्टीरिया को उसके विभिन्न रूपों के अध्ययन से ही अच्छी तरह समझ सकना आसान होगा।

हिस्टीरिया के लक्षण—हिस्टीरिया का प्रमुख लक्षण मानसिक विघटन (mental dissociation) होता है जिगकी अभिव्यक्ति मानसिक क्रियाओं में भी हो सकती है और शरीर के किसी अंग में भी। हम देग चुके हैं कि व्यक्तित्व व्यक्ति की विभिन्न क्षमताओं की संगठित इकाई होता है। मानसिक विघटन में व्यक्तित्व की संगठित इकाई नाट हो जाती है जिनमें विभिन्न मानसिक क्रियाएँ परस्पर असम्बद्ध हो जाती हैं। विघटन का परिणाम ऐम्नेसिया (amnesia) होता है। ऐम्नेसिया शब्द का अर्थ है भूल जाना, किंतु यह प्रकृत (normal) भूलना नहीं होता। ऐम्नेसिया का एक विशिष्ट अर्थ होता है। व्यक्ति के अतीत और वर्तमान के सम्बन्ध की एकता उगती स्मृति के कारण रहती है और उस एकता में ही व्यक्ति का सामान्य स्थापित रहता है। ऐम्नेसिया में व्यक्ति अपने अतीत और वर्तमान का सम्बन्ध भूल जाता है जिनमें उसका तादात्म्य नष्ट हो जाता है यही विघटन है। ऐम्नेसिया द्वारा व्यक्ति के अन्दर तीव्र अन्तर्द्वन्द उत्पन्न करने वाले दो प्रसिद्धिगी उद्देश्य अलग अलग हो जाते हैं और उस प्रकार अन्तर्द्वन्द के बीच होने वाला तनाव (tension) घट जाता है।

हिस्टीरिया का दूसरा लक्षण हिप्नोसिजाबिलिटी (hypnotisability) या प्रसिद्धिगी (suggestibility) की अधिकता होती है। हिप्नोसिजाबिलिटी का अर्थ है,

की इच्छानुसार काम करने लग जाता है और अपनी व्यक्तिगत रुचि की उपेक्षा करता है। वह दूसरों की बातों को अपने ज्ञान और अनुभव के प्रतिकूल होने पर भी सच मान लेता है। निर्देशनग्राह्यता लोगों में अलग अलग मात्रा में होती है। निर्देशनग्राह्यता पर और कही सम्मोहन (hypnotism) के प्रसंग में विस्तृत प्रकाश डाला जायगा।

हिस्टीरिया का एक और लक्षण है व्यक्ति का आत्म-केन्द्रित होना (ego-centricity)। हिस्टीरियाग्रस्त व्यक्ति अपने लक्षणों को दूसरों का ध्यान अपनी ओर खींचने का साधन बनाता है किंतु स्वयं अपने रोग के लक्षणों के प्रति विचित्र प्रकार से उदासीन रहता है। हिस्टीरिया के लक्षण व्यक्ति को उस तरह परेशान नहीं करते जिस तरह साइकेस्थीनिया (Psychasthenia) के लक्षण करते हैं। हिस्टीरिया पीडित व्यक्ति का एक अजीब तरह का बहिर्मुखी रुझान हो जाता है। हिस्टीरिया चूँकि मानसिक विघटन के कारण होती है इसलिए हिस्टीरियाग्रस्त व्यक्ति के संचारीभावों में भी अस्थिरता रहती है। संचारीभावों में स्थिरता तभी रह सकती है जब विभिन्न मानसिक क्रियाएँ एक सगठित ढकाई बनी रहे।

संचारीभावों से अत्यधिक उद्दीप्त हो जाने पर शरीर की सायास पेशियों (voluntary muscles) में अनायास ही आकुंचन होने लगता है जिससे सारे शरीर में रह रह कर निरर्थक और अनर्गल आकुंचन होने लग जाता है। ऐसी अवस्था में व्यक्ति रह रह कर हँसने या चिल्लाने लगता है और जानते हुए भी अपने व्यवहार पर नियन्त्रण नहीं कर पाता। उसका हँसना या चिल्लाना अनियन्त्रित रूप से तब तक होता है जब तक वह थक नहीं जाता या कोई बाहरी बाधा से विवश होकर चुप नहीं हो जाता। संचारीभावों से सम्बन्धित इस तरह के हिस्टीरिक व्यवहार के उतने ही रूप हो सकते हैं जितने संचारीभावों की अभिव्यक्ति के। संचारीभावों के व्यापक शारीरिक प्रभाव के कारण हिस्टीरिया के लक्षणों को देख सकना प्रायः कठिन होता है, किंतु व्यापक शारीरिक प्रभाव को ध्यान से देखने पर उसका पता लगा लेना कठिन भी नहीं होता।

एपीलेप्सी

शरीर की मायास पेशियों में अनायास आकुंचन एक और रोग से भी होता है जिसे एपीलेप्सी (epilepsy) कहते हैं। एपीलेप्सी न्यूरोनीय व्यवस्था की एक बीमारी है जिसकी अभिव्यक्ति रह रह कर आकस्मिक ढंग में सवेदन-

शून्यता और चेतनता के भग होने द्वारा होती है जिसके प्रभाव से एपीलेप्सी-ग्रस्त व्यक्ति हिस्टीरिया पीडित व्यक्ति की भाँति अनर्गल तथा अप्रकृत व्यवहार करने लग जाता है। लेकिन एपीलेप्सी और हिस्टीरिया के अप्रकृत व्यवहार को समान नहीं समझना चाहिए। हिस्टीरिया का दौरा खत्म होने पर व्यक्ति को उस तरह की थकान नहीं मालूम होती जिस तरह की एपीलेप्सी-ग्रस्त व्यक्ति को एपीलेप्सी का दौरा खत्म होने पर मालूम होती है। दूसरे, हिस्टीरिया का दौरा खत्म होने के बाद व्यक्ति उसी अच्छी तरह प्रकृत व्यवहार कर सकता है जिस तरह किसी प्रबल सचारीभाव का प्रभाव खत्म होने के बाद।

एपीलेप्सी के कारणों पर आज तक बड़ा मतभेद रहा है। शारको ने एपीलेप्सी का वर्णन दो तरह से किया है बड़ा दौर (grand mal) और छोटा दौर (petit mal)। बड़े दौर के पहले रोगी अक्सर बेचैन, चिड़चिड़ा, उद्वृण्ड और गर्भमिजाज हो जाता है। दौर के बाद रोगी को शारीरिक बेचैनी, गन्ध या श्रवण या कोई और तरह का मतिभ्रम (hallucination) होता है। इसके बाद रोगी मूर्च्छित होकर जमीन पर गिर पड़ता है।

छोटे दौर में रोगी जमीन पर गिरता तो नहीं लेकिन कुछ देर तक लड़खड़ा सकता है। वह कुछ देर के लिए अचेतन भी हो जाता है और जब उसकी चेतनता फिर लौट आती है तो वह अपने काम में यो लग जाता है मानो उसकी मानसिक क्रियाओं में कोई बाधा ही न हुई हो।

एपीलेप्सी के दो पक्ष होते हैं टानिक (tonic) और क्लानिक (clonic)। टानिक पक्ष में मूर्च्छा आने के बाद शारीरिक पेशियों (muscles) में एक-आध मिनट तक आकुचन होता रहता है। टानिक पक्ष के बाद क्लानिक पक्ष आता है जिसमें शारीरिक पेशियों में क्रमिक रूप से आकुचन तथा प्रसारण होता रहता है। जबड़े की पेशियों में आकुचन तथा प्रसारण होने से थूक मथ जाता है और मुँह में भाग आने लगते हैं। धीरे धीरे आकुचन कम होता जाता है और इस हालत में रोगी सोना पसन्द करता है। जागने पर उसे सिरदर्द या थकान मालूम होती है। एपीलेप्सी का दौरा सोते या जागते किसी भी समय हो सकता है। कुछ केसों में अचेतन हालत में ही लगातार पाँच या छे दौर आ जाते हैं।

एपीलेप्सी ग्रस्त व्यक्ति में धीरे धीरे मानसिक क्षीणता होती रहती है। खोजों में यह भी पता चला है कि एपीलेप्सी के दौरों की तीव्रता तथा आवृत्ति का मानसिक क्षीणता से कोई प्रत्यक्ष सम्बन्ध नहीं होता। एपीलेप्सी जीवन

के प्रारम्भिक काल में ज्यादा प्रकट होती है । स्प्रेटलिंग के अनुसार एपिलेप्सी दस वर्ष से पहले ३८.५ प्रतिशत लोगो में, दस-बीस की आयु के बीच ४३ प्रतिशत में और बीस-उन्तीस की आयु के बीच ६ प्रतिशत में होती है । गाउवर के अनुसार एपिलेप्सी के लक्षण ७६ प्रतिशत लोगो में बीस वर्ष की आयु के पहले ही प्रकट हो जाते हैं ।

एपिलेप्सी के कारण—नोई (Noyes) के अनुसार एपिलेप्सी का कारण रोगी के व्यक्तित्व के बनने में होता है । एपिलेप्सी-ग्रस्त व्यक्ति का मिजाज चिड़चिड़ा, सवेदनशील और आत्म-केन्द्रित होता है । सचारीभावों की अस्थिरता, क्रूरता, सुस्ती, अतिशय यौन-लिप्सा, परिवेश से सतुलन न कर पाना आदि एपिलेप्सी के अन्य निमित्त कारण हैं । एपिलेप्सी के साथ कुछ अन्य प्रकार के रोग तथा शर्तें भी रहती हैं और हर हालत में उनमें भेद कर सकता असम्भव होता है ।

सैद्धान्तिक विवेचन—एपिलेप्सी के प्रमुख कारणों के विषय में विभिन्न मत हैं । कुछ विद्वान एपिलेप्सी को मनोजन्य (psychogenic) मानते हैं और उनके अनुसार एपिलेप्सी के दौरे में व्यक्ति बाह्य जगत की उस कटुता से अपनी रक्षा करता है जिससे वह अपना उचित सतुलन नहीं कर पाता । इस मान्यता का आधार यह है कि सचारीभावों की अडचन अक्सर एपिलेप्सी के दौरे को पैदा कर देने में सहायक बनती है । कुछ विद्वान एपिलेप्सी को शरीरजन्य मानते हैं, कुछ आनुवंशिक कारणों को प्रधानता देते हैं और कुछ रोगी के प्रारम्भिक जीवन के किसी आघात को मूल कारण बताते हैं ।

रोजैनोफ द्वारा की गई खोजों से एपिलेप्सी में यद्यपि आनुवंशिक प्रभाव की विचारणीय प्रधानता मिली है किंतु रोजैनोफ ने आनुवंशिकता (heredity) को एपिलेप्सी का कोई प्रमुख निर्धारक न मानकर जन्म के समय के किसी आघात को ही प्रमुख निर्धारक माना है । इतने बड़े मतभेद के होते हुए अन्त में यही कहा जा सकता है कि एपिलेप्सी-ग्रस्त व्यक्ति मनोभौतिक दृष्टि से अस्थायी होता है और शारीरिक एवं मानसिक सतुलन कर सकने की क्षमता कम रखता है ।

२—हिस्टीरिया के रूप

१—**एनेस्थीसिया**—यह एक ग्रीक शब्द है जिसका अर्थ है स्पर्श के प्रति सवेदनशून्यता । एनेस्थीसिया-ग्रस्त व्यक्ति को स्पर्श का सवेदन नहीं होता । एनेस्थीसिया का प्रचलित अर्थ पीड़ा के प्रति सवेदनशून्यता भी हो गया है । अतएव आजकल एनेस्थीसिया शब्द को दोनों अर्थों में प्रयुक्त किया जाने लगा

है क्योंकि - उन दोनों में भेद करना निरर्थक है । हिस्टीरिक एनेस्थीसिया के उतने ही प्रकार होते हैं जितने ग्राहक होते हैं या शायद उससे भी ज्यादा । दृष्टि-एनेस्थीसिया के रोगियों की परीक्षा से यह पता चला है कि आँख और उसकी क्रिया के बिल्कुल स्वस्थ होने पर भी व्यक्ति देख नहीं पाता । ऐसे भी उदाहरण मिले हैं जहाँ व्यक्ति कुछ विशेष रंगों के प्रति ही अन्धा होता है जिनका वर्णान्धता के सामान्य तथ्यों से कोई सम्बन्ध नहीं होता । दृष्टि-एनेस्थीसिया एक आँख में हो सकती है या दोनों आँखों के भागों में । दृष्टि-एनेस्थीसिया में दृष्टि-क्षेत्र भी सकुचित हो सकता है और व्यक्ति केवल उन्हीं वस्तुओं को देख सकता है जो उसकी दोनों आँखों के ठीक सामने न हों । तो वह उन्हें नहीं देख पाता । जैसे द्वारा वर्णित नीचे दिए दो केसों में ऐसे उदाहरण देखे जा सकते हैं ।

केस १२—अठतीस साल का व्यक्ति एक मशीन साफ कर रहा था । ग्रीज और पेट्रोल से सना एक भाडन सहसा मशीन में फँसकर उसके मुँह पर आ लगा । उसका सारा चेहरा सन गया और उसने इस घटना पर विशेष चिंतित न होकर मुख साफ कर लिया । मुख धोते समय उसे पलकों और खाल पर से चिकनाहट छुटाने में काफी परेशानी हुई । उसकी आँख में कोई चीज नहीं गई थी और न ही आँखों में किसी प्रकार का दर्द था । घटे भर बाद उसे अपनी आँखों के सामने कुछ धुँधलापन-सा दिखाई देने लगा और धीरे धीरे इतना गहरा होता गया कि वह दो घटे बाद देख सकने से बिल्कुल लाचार हो गया । दूसरे और तीसरे दिन वह अपनी दाहिनी आँख से ही कभी कभी कुछ देख पाता था । उसकी यह हालत एक महीने तक रही और फिर वह चार साल तक बिल्कुल अन्धा बना रहा ।

केस १३—मेरिया कॉलेज में पढने वाली एक युवा लड़की थी । एक दिन वह समुद्र के किनारे तैर रही थी । वह तैर कर तट से थोड़ी दूर गई और वहाँ से फिर तट की ओर तैर कर लौटने लगी । उथला पानी आने पर वह खड़ी होकर तट के किनारे बैठी अपनी चाची की ओर चलने लगी । सहसा उसकी आँखें कसकर बन्द हो गईं और वह उन्हें खोल न सकी । बाद में उसे अस्पताल ले जाया गया । छे दिन तक वह आँखें नहीं खोल सकी और विस्तार पर बेचैनी से करवटें बदलती रही । सहसा उसकी आँखें अपने आप से ही खुल गईं किन्तु वह बिल्कुल अन्धी हो चुकी थी । वह बेचैन रहा करती थी और चिंतित थी कि कॉलेज खुलने पर वह शायद ही जा सके । ग्यारहवें दिन

अस्पताल में वह अपनी खाट से नीचे गिर पड़ी और उसकी दृष्टि सहसा उसी आकस्मिक ढंग से लौट आई जिस ढंग से उसकी आँखें बन्द हो गई थी ।

एनेस्थीसिया त्वचा में भी हो सकती है । त्वचीय हिस्टीरिक एनेस्थीसिया का कारण बोधवाहक न्यूरोनो के वितरण या दोष में न होकर मनोजन्य (psychogenic) होता है । हिस्टीरिक एनेस्थीसिया त्वचा के किसी भी भाग में हो सकती है । वह बहुत थोड़े क्षेत्र तक भी सीमित हो सकती है । एनेस्थीसिया शरीर के आन्तरिक अंगों में भी हो जाती है । ऐसी दशा में उदाहरण के लिए रोगी को भूख का संवेदन नहीं हो पाता और इसलिए उसे खाने की इच्छा नहीं होती या उसे थकान नहीं लगती और वह लम्बे समय तक काम कर सकता है जो स्वास्थ्य के लिए घातक होता है ।

२—टिक और कोरिया (Tics and choreas)—आँख, मुँह, उँगलियों या शरीर के किसी अन्य अंग का रह रह कर अनियमित, अनायास और आकस्मिक ढंग से फड़कना टिक और उससे उत्पन्न होने वाले क्रियात्मक व्यतिक्रम को कोरिया कहा जाता है । टिक होने के समय व्यक्ति को उसका ज्ञान नहीं रहता और ज्ञान होने पर टिक होना बन्द हो जाता है । इससे स्पष्ट है कि हिस्टीरिक टिक चेतन क्रिया का परिणाम नहीं होते । हिस्टीरिक और साइकेस्थीनिक (psychasthenic) टिकों में यही भेद है । साइकेस्थीनिक टिक होने के समय उसकी चेतनता भी रहती है । हिस्टीरिक टिक अक्सर हिस्टीरिक एनेस्थीसिया के स्थान पर ही होता है । हिस्टीरिक टिक विघटन का परिणाम होता है, साइकेस्थीनिक टिक शमन (repression) का ।

केस १४—एक सिपाही के जबड़े और गले की पेशियों में खाते समय टिक होने लगता था जिससे उसके चेहरे पर क्रोध का भाव झलक आता था । वह इस टिक की उत्पत्ति के बारे में कुछ भी नहीं जानता था । सम्मोहन की अवस्था में उसे एक भूला हुआ दृश्य याद आया एक बार वह शत्रुओं के क्षेत्र में अपने को छिपाए हुए लेटा था । उस समय उन्होंने अपने एक साथी के साथ शत्रुओं को दुर्व्यवहार करते देखा । वह गुस्से से भर गया और उसी समय उसे एक गोली लगी और वह अचेतन हो गया । जाग्रतावस्था में उसे जिस समय इस घटना की याद आती थी तो टिक होना बन्द हो जाता था क्योंकि घटना याद आने पर मानसिक विघटन नष्ट हो जाता था ।

कुछ विद्वानों का यह मत है कि मनोजन्य होते हुए भी टिक पुनरावृत्ति द्वारा एक विल्कुल मशीनवत् आदत बन जाता है और मशीनवत् आदत स्वतन्त्र

क्रियावाहक प्रवृत्ति होती है। यदि इस मत को माना जाय तो टिको को भी लाइलाज मानना पड़ेगा। किंतु चूँकि बड़े पुराने टिको का भी उपचार हो सका है इसलिए यह देखते हुए उपर्युक्त मत को सही नहीं कहा जा सकता। यह भी देखा गया है कि टिक की तीव्रता तथा आवृत्ति रोगी की मानसिक दशा पर निर्भर होती है। जब रोगी शान्त रहता है तो टिक नहीं के बराबर होता है किन्तु उद्दीप्त अवस्था में टिक की तीव्रता और आवृत्ति बढ़ जाती है।

३-हिस्टीरिक दर्द—त्वचा के ऊपर पीड़ा-स्थल होते हैं जिनके उत्तेजित होने पर दर्द का अनुभव होता है किंतु रोगी कभी कभी ऐसे दर्द होने की शिकायत करता है जिसका कारण परीक्षा करने पर पीड़ा-स्थलो में नहीं पाया जाता। ऐसे दर्द को हिस्टीरिक दर्द कहा जाता है। हिस्टीरिक दर्द शरीर के अन्दर किसी अंग से उठता लग सकता है और उसकी तीव्रता में अन्तर होता रहता है। पहली परीक्षा में दर्द का उद्गम गलती से जिन स्थलो पर समझ लिया जाता है दूसरी बार की परीक्षा में चिकित्सक के निर्देशन (suggestion) के परिणाम स्वरूप दर्द वही से उठता लग सकता है। किंतु वह दर्द निर्देशन द्वारा दूर भी हो जाता है जिससे उसके हिस्टीरिक होने की सम्भावना और भी बढ़ जाती है।

हिस्टीरिक दर्द के विषय में प्रामाणिक रूप से अभी कुछ ज्यादा मालूम नहीं हो पाया है। यह निश्चय करना कठिन है कि हिस्टीरिक दर्द दर्द का स्पष्ट उत्तर-सवेदन होता है या बोधवाहक थ्रेशोल्ड (threshold) के घट जाने का परिणाम होता है। किंतु हिस्टीरिक दर्द से पीड़ित व्यक्ति का ध्यान यदि किसी और तरफ आकृष्ट कर दिया जाय तो हिस्टीरिक दर्द मिट जाता है। इसलिए हिस्टीरिक दर्द को साइको-न्यूरोनीय (psychoneurotic) दर्द कहना ही अधिक उपयुक्त होगा।

अक्सर यह देखा या सुना जाता है कि किसी व्यक्ति को साँप या बिच्छू चढ़ गया था [जिसे किसी ओम्भा ने भाड़-फूँककर उतार दिया। लेखक ने स्वयं साँप, बिच्छू या भूत उतारे जाने के केस देखे हैं और उसका यह विचार है कि वे हिस्टीरिक दर्द या यातना के ज्वलत उदाहरण होते हैं। लेखक ने नीचे दिया केस स्वयं देखा था।

केस १५—सत्ताइस साल के राधे नामक एक व्यक्ति को बिच्छू ने पैर के नीचे काट लिया था और वह दर्द के मारे बेहद चिल्ला रहा था। उस गाँव से कुछ मील दूर दूसरे गाँव में एक ओम्भा रहता था। लोगो ने फौरन आदमी भेजकर उस ओम्भा को बुलवाया। ओम्भा ने आते ही पास ही घास में से न जाने कौन हरी पत्ती तोड़ ली और कुछ

पढ पढ कर उसे अँगूठे से हाथ ही में मसलने लगा । यह क्रिया वह राधे को भी दिखाता जाता था । बाद में उसने राधे से पूछा कि उसके दर्द कहाँ हो रहा है । राधे ने नीचे में जाँघ तक इशारा कर दिया । ओम्भा ने उसके घुटने पर उँगली रखकर कहा कि उसका दर्द क्षण भर में घुटने तक उतर आयागा । इसके बाद उसने फिर जोर जोर से कुछ पढना और पत्ती को अँगूठे से मसलना शुरू कर दिया । दस-बारह सेकेन्ड बाद राधे ने कहा कि उसका दर्द घुटने तक उतर आया है । इसी प्रकार ओम्भा ने दर्द को पैर के नीचे तक उतार दिया ।

लेखक के विचार से यह केस हिस्टीरिक दर्द का एक अच्छा उदाहरण है । हमारे देश के लगभग अस्सी प्रतिशत लोगो में अशिक्षा या कुशिक्षा, सामाजिक कुप्रथाओ और गरीबी आदि के कारण निर्देशनग्राह्यता (*suggestibility*) बहुत ज्यादा होती है और वे बहुत सी बातों को परीक्षा किए बिना ही सच मान लेते हैं । राधे में भी निर्देशनग्राह्यता बहुत थी । वास्तव में बिच्छू ने उसे काटा नहीं था । बिच्छू उससे छू भर गया होगा या उसने अपना डंक मार दिया होगा । डक मारने के बाद बिच्छू जहर उडेलता है और यदि वह जहर न उडेल सके तो उसके डक मारने का व्यक्ति पर कोई प्रभाव नहीं होगा । यहाँ तक कि दर्द भी नहीं होगा । राधे के शरीर के अन्दर बिच्छू का जहर नहीं जा पाया था लेकिन उसका डक मारना ही अत्यन्त निर्देशनग्राही व्यक्ति में दर्द उत्पन्न कर देने के लिए काफी है । राधे को बिच्छू काटने का दर्द आत्मनिर्देशन (*auto-suggestion*) से हुआ था इसलिए वह ओम्भा के निर्देशन से दूर भी हो गया । लेखक ने ऐसे केसों को भी देखा है जहाँ ओम्भा बिच्छू उतार सकने में बिल्कुल असमर्थ रहे हैं क्योंकि उन केसों में बिच्छू का जहर पीडितों के खून में जा चुका था जो लाख भाड फूँक करने से भी नहीं उतर सकता था ।

४ हिस्टीरिक लकवा—हिस्टीरिक लकवे में व्यक्ति के कुछ क्रियावाहक तथा बोधवाहक अंगों की क्रियाओं में विघटन (*dissociation*) हो जाता है । हिस्टीरिक लकवे का असर हाथ-पैर, बोलने की पेशियों या अन्य पेशियों पर पड सकता है । हिस्टीरिक और शारीरिक लकवे में बड़ा अन्तर होता है । शारीरिक लकवे में शरीर के जिस अंग में लकवा लग जाता है वह अंग प्रक्षिप्त क्रियाएँ न कर पाने के कारण निष्क्रिय बन जाता है और उससे काम नहीं लिया जा सकता । हिस्टीरिक लकवे से ग्रसित अंग की प्रक्षिप्त क्रियाएँ कर सकने की शक्ति नष्ट नहीं होती जिससे हिस्टीरिक-लकवा-ग्रस्त व्यक्ति सोते समय या किसी भयकर स्थिति में उस अंग से काम ले सकता है ।

शारीरिक लकवे से ग्रस्त व्यक्ति अपने निष्क्रिय अंग से काम लेने की भरसक चेष्टा करता है लेकिन हिस्टीरिक लकवाग्रस्त व्यक्ति लकवा लगे अंग की उपेक्षा करता है और उससे काम लेने का प्रयत्न तक नहीं करता । आश्चर्य तो यह है कि वह लकवाग्रस्त अंग के लिए चिंतित भी नहीं होता ।

हिस्टीरिक लकवे के एक रूप को ऐस्टेसिया-एबैसिया (*astasia-abasia*) कहा जाता है जिसमें रोगी बैठे या लेटे हुए तो अपने पैरों पर पूरा नियन्त्रण रखता है किंतु चल या खड़ा नहीं हो पाता । लकवाग्रस्त अंग कभी कभी गलने भी लग जाता है जिसका कारण उस अंग के अनुपयोग (*disuse*) में माना जाता है । किंतु गलन इतनी जल्दी होने लगती है कि उसकी व्याख्या अनुपयोग के प्रभाव से करना असंगत जान पड़ती है । दूसरे, गलन का हिस्टीरिया के अन्य लक्षणों की तरह मनोवैज्ञानिक इलाज भी किया जा सकता है ।

हिस्टीरिक लकवे के साथ साथ अक्सर कोई न कोई संचारीभावात्मक आघात पाया जाता है । हिस्टीरिक लकवे में जो विघटन होता है रोगी अगर उसके अच्छा हो जाने की सम्भावना में विश्वास न करे तो उसे अच्छा करने में बड़ी कठिनाई होती है । एक बार विश्वास बन जाने पर उसमें स्थायित्व आ जाता है और व्यक्ति उसके परिवर्तित या नष्ट हो सकने का प्रतिरोध करता है । हिस्टीरिक लकवे को स्थायित्व देने में विश्वास का जो महत्व होता है वह म्कडूगल द्वारा वर्णित नीचे दिए केस से स्पष्ट हो जायगा

केस १६—एक जिप्सी मजदूर भूसे की मशीन पर काम कर रहा था । उसका बायाँ हाथ मशीन के किसी ऐसे भाग में फँस गया जो घास को ऊपर ले जाता था । मजदूर क्रूर ढंग से ऊपर उठ गया और बायें हाथ से कुछ देर तक हवा में लटका रहा । उसे इस सकट से बचाए जाने के बाद यह देखा गया कि उसका पूरा बायाँ हाथ सवेदनशून्य और लकवाग्रस्त हो चुका था । वह साल भर तक इसी हालत में रहा । चिकित्सकों ने तरह तरह से उसका उपचार करने की कोशिश की लेकिन कोई सफलता न मिली । इससे रोगी में यह विश्वास घर कर गया कि उसका बायाँ हाथ हमेशा के लिए बिल्कुल बेकार हो चुका है और उसका कोई इलाज नहीं हो सकता । उसका दिल बैठ चुका था । सम्मोहन (*hypnotism*) द्वारा दिए गए निर्देशनों (*suggestions*) का भी उस पर कोई प्रभाव नहीं पड़ा । कई हफ्तों तक समझाने-बुझाने, बाध्य करने और जाग्रत तथा सुषुप्तावस्था में निर्देशन देने से उसका

लकवा बड़ी मुश्किल से ठीक हो पाया। इलाज की पहली और प्रमुख बात रोगी के मन से हिस्टीरिक लकवे के लाइलाज होने के विश्वास को उखाड़ फेंकना होती है।

५—फ्यूग (Fugue) हिस्टीरिया के एक अन्य रूप को हिस्टीरिक फ्यूग कहते हैं। फ्यूग लैटिन भाषा का शब्द है और उसका अर्थ है भागना या पलायन करना। हिस्टीरिक पलायन में व्यक्ति किसी अज्ञात प्रेरणा के वशीभूत होकर घर से पलायन कर जाता है और कई दिनों या हफ्तों तक अपने को भूलकर इधर इधर घूमता रहता है। जब उसे अपनी सुधि आती है तो वह घर तो लौट आ सकता है लेकिन हिस्टीरिक पलायन या फ्यूग के समय की सारी घटनाएँ भूल जाता है।

व्यक्ति अपनी जिन इच्छाओं का शमन (repression) करता है उनकी पूर्ति उसके दिवास्वप्नों द्वारा होती है। फिर मर्मवेधी घरेलू या व्यावसायिक संकट जैसे किसी संचारीभावात्मक आघात से दिवा-स्वप्नों द्वारा बनी मधुर कल्पनाओं में विघटन हो जाता है जिससे शमन की गई इच्छा व्यक्ति की विघटित व्यवस्था द्वारा फ्यूग के रूप में कार्यान्वित होने लगती है और उसकी ऐसी मनोदशा हो जाती है कि वह घर से दूर किसी अन्य स्थान पर पलायन कर जाना चाहता है। पलायन-प्रवृत्ति का व्यक्ति पर एकदम प्रभाव नहीं पड़ता और वह परिवार को निराश करके न भागने की विरोधी प्रवृत्ति द्वारा नियन्त्रित रहता है। किंतु फिर ऐसी अवस्था आती है जब पलायन-प्रवृत्ति पारिवारिक उत्तरदायित्व की प्रवृत्ति को पराजित कर देती है और व्यक्ति बलात् उस प्रवृत्ति की पकड़ में आकर पलायन कर जाता है। जैने द्वारा वर्णित फ्यूग का एक केस यो है

केस १७—रू एक गरीब लड़का था और अपनी माँ के साथ एक शहर में रहता था जहाँ वह एक पन्सारी की दुकान में नौकर था। कई सालों से उसकी शराबखाने में जाने की आदत पड़ गई थी। शराबखाने में वह नाविकों की संगति में बैठकर उनकी सामुद्रिक यात्राओं की माहस भरी कहानियों को बड़ी रुचि से सुनता था और उन मनोहर कहानियों के प्रदेशों में पहुँच सकने के स्वप्न देखा करता था। उसकी शराब पीने की आदत भी पड़ चुकी थी और शराब विघटन (dissociation) में महायक बनती है। शराब पीने के बाद वह अवसर पर लौटना भूल जाता था और पेरिस की सड़कों पर भीख माँगता हुआ घूमता रहता था। उसके दिमाग में एक ही विचार चक्कर काटता था कि वह किसी तरह उन मनोहर प्रदेशों में पहुँच जाय। एक बार तो उसने

घर से भागकर और तरह तरह की मुसीबतें उठाकर एक जहाज के यात्री की नौकरी कर ली। उसे घर से भागे कई महीने हो चुके थे। एक दिन उसके मालिक ने उसे थोड़ी शराब दी। वह कोई उत्सव का दिन था और उस तिथि को सुनते ही रू चिल्ला उठा “आज मेरी माँ की वर्षगांठ है” और इसी समय उसे अपनी सुधि हो आई किंतु वह घर से भागने के दिन से कुछ भी याद नहीं कर पाया कि उसने इस बीच क्या क्या किया था।

फ्यूग की हालत कुछ घंटों से लेकर महीनों तथा सालों तक रह सकती है। फ्यूग में व्यक्ति को अपने अतीत की सुधि नहीं रहती। यद्यपि फ्यूग में व्यक्ति का व्यवहार चेतनाशून्य होता है किंतु वह भागने का उपक्रम और कुछ हद तक अपनी देख-भाल कर सकने की चेतनता रखता है और फ्यूग का दौरा खत्म होने के बाद उसे पिछले जीवन की बातें तो याद रहती हैं किंतु फ्यूग के समय की कोई बात याद नहीं रहती। व्यक्ति अकस्मात् किसी सकेत द्वारा फ्यूग की अवस्था से बाहर भी आ जाता है जैसे उपर्युक्त केस में तिथि सुनते ही रू की फ्यूग की हालत मिट गई थी।

६—सोमनैम्बुलिज्म (somnambulism)—हिस्टीरिक फ्यूग की तरह हिस्टीरिया के दौरों में व्यक्ति सोते सोते चलने भी लगता है। हिस्टीरिया के इस रूप को हिस्टीरिक सोमनैम्बुलिज्म कहा जाता है। सोमनैम्बुलिज्म लैटिन भाषा का शब्द है जिसका अर्थ है सोते में चलना। सचारीभाव-प्रधान स्मृतियों या प्रत्ययों के वशीभूत होने पर व्यक्ति सोते समय उनका बिल्कुल ठीक अभिनय करने लगता है। सोमनैम्बुलिज्म का कारण हिस्टीरिक-फ्यूग की तरह व्यक्ति की दुर्श्चिता और उससे उत्पन्न होने वाले असहनीय सचारीभाव में होता है जिसकी प्रबलता से पुराने प्रत्यय क्रमिक रूप से चेतनता में आने लगते हैं और व्यक्ति के ऊपर हावी होकर उसे अपना कठपुतला बना डालते हैं। व्यक्ति के किसी दुखद जटिल अनुभव के इर्द-गिर्द स्मृतियों का ढीले ढग से एक व्यवस्थित समूह घूमता रहता है जिसका ज्ञान व्यक्ति को नहीं रहता। किंतु किसी प्रेरित कर देनेवाले सकेत से सक्रिय हो जाने पर स्मृतियों का वह समूह व्यक्ति में सोमनैम्बुलिज्म की हालत पैदा कर देता है। जैने द्वारा वर्णित एक केस देखिए

केस १८—यह एक बीस साल की लड़की आइरीन की कहानी है जो अपनी माँ की मौत होने पर निराश होकर वीमाग बन गई थी। उसकी माँ की मौत अत्यन्त दुखद और नाटकीय ढग से हुई थी। माँ तपेदिक की अन्तिम सीमा तक पहुँच चुकी थी और अपनी लड़की के माथ एक

मामूली से मकान में रहती थी। उसकी मौत धीरे धीरे हुई और मरने से पहले उसे खून की कै तथा गले में भयानक घुटन होती थी। लड़की ने माँ की तीमारदारी में असम्भव के साथ जी-जान से सघर्ष किया था। वह साठ रातों तक माँ की मृत्यु-शैय्या के पास बैठकर जीविका चलाने के लिए सिलाई किया करती थी। मौत के बाद उसने माँ के शव को जीवित करने के अनेक प्रयत्न किये, जब उसने शव को खड़ा किया तो वह जमीन पर गिर पड़ा और उसे बिस्तर पर फिर ले जा सकने के लिए लड़की को असंख्य प्रयत्न करने पड़े। इस भयावह दृश्य की कल्पना आप स्वयं कर लीजिए। अन्त्येष्टि क्रिया के बाद लड़की में विचित्र प्रकार के लक्षण प्रकट होने लगे। मेरे (जैने) द्वारा देखा गया यह सोमनैम्बुलिज्म का एक सबसे अच्छा उदाहरण था।

लड़की में सोमनैम्बुलिज्म की अवस्था घंटों तक रहती थी और वह प्रत्येक दुःखद दृश्य का अभिनय एक कुशल अभिनेत्री की तरह किया करती थी। मौत के समय जो कुछ हुआ था लड़की उस सबका बिना कोई बात भूले सही सही अभिनय करती थी। कभी तो वह उन सब घटनाओं का प्रश्नोत्तर रूप में वर्णन करती थी, कभी केवल प्रश्न ही करती थी और उत्तर सुनने के लिए कान लगाए रहती थी, कभी वह भयातुर होकर आँखें फाड़ फाड़ कर उन दुःखद दृश्यों को देखती भर थी और उस समय उसका अभिनय उसके देखने के अनुरूप ही होता था। अन्य अवसरों पर उसे अपने किसी विचित्र नाटक में भाग लेने के लिए शब्दों और चेष्टाओं के सारे मतिभ्रम (hallucinations) होते थे। उसके रचित नाटक में जब माँ मर चुकती थी तो लड़की मौत के विचार से प्रेरित होकर आत्म-हत्या के लिए तैयार होती थी। इस बात को वह यों कहती थी मानो अपनी मृत माँ से राय ले रही हो। वह रेल के इंजन से कटकर आत्म-हत्या की कल्पना करती थी। यह बात भी उसके जीवन की एक वास्तविक घटना ही थी। वह कल्पना करती थी कि वह रेल की पटरी पर है और कमरे के फर्श पर बेचैनी और डर से भरकर मौत की प्रतीक्षा में लेट जाती थी। इस समय उसके चेहरे का भाव देखते ही बनता था। गाड़ी उसकी टकटकी बँधी आँखों के सामने आती थी और वह चीख कर निर्जीव सी पीछे गिर पड़ती थी मानो कटकर मर गई हो। फिर वह तत्काल उठकर पहले के ही किसी दृश्य का अभिनय फिर करने लग जाती थी। सोमनैम्बुलिज्म की एक विशेषता यह भी होती है कि उसकी पुनरावृत्ति अनिश्चित रूप से कई बार हो सकती है। हर बार की

पुनरावृत्ति के अभिनय में गति, भाव और शब्दों का पूरा सादृश्य रहता है। अन्त में दौरा खत्म होता है, स्वप्न अस्पष्ट बन जाता है और धीरे धीरे या अकस्मात् रोगी की प्रकृत चेतनता लौट आती है और वह अपने दैनिक जीवन के काम यों करने लगता है मानो उसे कुछ हुआ ही न हो।

सोमनैम्बुलिज्म मानसिक विघटन (mental dissociation) के कारण होता है। व्यक्ति के स्थायीभाव (sentiments) जब उसके दैनिक अनुभव से उचित ढंग से सगठित नहीं हो पाते तो किसी अन्य स्थिति के प्रति कोई तीव्र स्थायीभाव विघटित होकर व्यवहार द्वारा प्रकट होने लगता है। मानसिक विघटन समय समय पर व्यक्ति की प्रकृत (normal) मानसिक-शारीरिक क्रियाओं पर पूरी तरह से हावी हो जाता है और व्यक्ति उस विघटन के प्रभाव से अप्रकृत व्यवहार करने लग जाता है। हिस्टीरिया के अन्य रूप किसी विघटित इच्छा या उद्देश्य की अभिव्यक्ति होते हैं किंतु सोमनैम्बुलिज्म एक गौण मानसिक सगठन (secondary mental integration) होता है जो अपनी अभिव्यक्ति प्रमुख (primary) मानसिक सगठन को दबाकर करता है। अतएव सोमनैम्बुलिज्म की हालत में व्यक्ति के प्रकृत चेतन-जीवन की अविच्छिन्नता टूट जाती है।

सोमनैम्बुलिज्म का दौरा खत्म होने के बाद व्यक्ति प्रकृतस्थ हो जाता है किंतु वह सोमनैम्बुलिज्म की हालत की सारी बातें भूल जाता है। प्रकृतस्थ होने पर आइरीन को सोमनैम्बुलिज्म की हालत की कोई बात याद नहीं रहती थी और दौरे के समय उसे अपने परिवेश का भी कोई ध्यान नहीं रहता था। दौरे के समय उसकी सारी शारीरिक शक्ति का प्रवाह केवल माँ की मौत के समय के दृश्यों का अभिनय करने की दिशा में ही होता था। सोमनैम्बुलिज्म द्वारा व्यक्त होने वाले आइरीन के स्थायीभाव उसके दैनिक जीवन के सामान्य अनुभव से सशोधित या उचित ढंग से सम्बन्धित नहीं हो सके थे और गौण मानसिक सगठन बनकर सोमनैम्बुलिज्म के रूप में व्यक्त होते थे।

बहु-व्यक्तित्व

हिस्टीरिक फ्यूज और सोमनैम्बुलिज्म की भाँति हिस्टीरिया का एक रूप बहु-व्यक्तित्व (Multiple personality) भी होता है। कभी कभी पारिवेशिक प्रभाव से व्यक्ति का मानसिक विघटन (mental dissociation) इस प्रकार हो जाता है कि उसका व्यक्तित्व यानी उद्देश्यात्मक मानसिक सगठन दो या दो से अधिक गौण मानसिक सगठनों (secondary mental

integrations) में टूट जाता है। इस प्रकार बने हुए बहु-व्यक्तित्व व्यक्ति के व्यवहार के माध्यम से अपनी अभिव्यक्ति करने लगते हैं। डाक्टर मॉर्टन प्रिंस ने बीचम केस (Beauchamp case) के अध्ययन से बहु-व्यक्तित्व और उसकी जटिल समस्याओं पर समुचित प्रकाश डाला है। डाक्टर प्रिंस द्वारा विश्लेषित लगभग ६०० पृष्ठों के बीचम केस का संक्षेप में वर्णन करना न्याय-संगत नहीं हो सकता, इसलिए आप डाक्टर बोरिस सिडिस और एस० गुडहार्ट द्वारा अध्ययन किए गए एक दूसरे केस का संक्षिप्त रूप लीजिए

केस १६—टॉमस हाना नामक एक सुशिक्षित और स्वस्थ व्यक्ति बहुत ऊँचाई से गिर पड़ा था। उसे मूर्च्छित अवस्था में घर ले जाकर बिस्तर पर लिटा दिया गया। कुछ घंटों के बाद वह उठने लगा। उसकी देख-भाल करने वाले तीन डाक्टरों ने उसे चलने-फिरने से रोका। उसके जबर्दस्त प्रतिरोध को काफी बड़े संघर्ष के बाद शान्त किया जा सका। शान्त होने पर वह जड़वत होकर पड़ा रहा। उसकी हालत एक ऐसे नव-जात शिशु के समान हो गई जिसने दुनियाँ में अपनी आँखें पहले पहल खोली हो। वह किसी चीज को न तो पहचान पाता था और न समझ ही पाता था। उसमें चेष्टात्मक सायास क्रिया कर सकने की शक्ति नहीं के बराबर रह गई थी। डाक्टरों से संघर्ष करने के समय उसमें सायास क्रिया कर सकने की शक्ति अवश्य थी, किंतु ऐसा प्रकट होता है कि उस संघर्ष से उसका संचारीभावात्मक उद्दीपन दूर हो गया था। उसका ध्यान केवल गतिशीलता (movement) की ओर जाता था। यद्यपि वह गति का अर्थ और कारण नहीं जानता था किंतु उसका ध्यान गतिशील वस्तु की ओर अनायास ही आकर्षित हो जाता था। वह अपने अंगों की गति और अन्य वस्तुओं की गति में कोई भेद नहीं कर पाता था और जो रुचि अन्य वस्तुओं की गति में रखता था वही अपने अंगों की गति के प्रति भी रखता था। अपने हाथ और पैरों के संयोगवश हिल जाने से उसने अपने अंगों की गति का नियन्त्रण कर सकने की सम्भावना सीखी। वह कोई भाषा नहीं समझता था। उसको हर चीज आँखों के पास मालूम पड़ती थी और नजदीक और दूर की वस्तुओं का अन्तर एक-सा मालूम पड़ता था। उसको समय की गति का भी कोई ज्ञान नहीं रहा था—क्षण, मिनट और घंटों में उसे कोई फर्क नहीं मालूम होता था। उसकी अपने परिवेश से अनुशीलन करने की क्षमता नहीं के बराबर रह गई थी जिससे उसका व्यवहार साल-छे महीने के एक बच्चे की तरह बन गया था। उसको भूख तो लगती थी किंतु वह भूख के

सर्वेदन की व्याख्या नहीं कर पाता था और भूख को शांत करने का उपाय भी नहीं जानता था ।

किंतु गिरने के शुरू के दिनों में हाना में जिस व्यक्तित्व का प्रस्फुटन हुआ वह उसके पहले के प्रकृत (normal) व्यक्तित्व से बिल्कुल अलग था । हाना के पहले के प्रकृत व्यक्तित्व को यहाँ ह१ और गिरने के बाद के व्यक्तित्व को ह२ कहा जायगा । यद्यपि ह२ को ह१ द्वारा अर्जित और सीखा हुआ ज्ञान नहीं था किंतु ह२ हर चीज बहुत जल्द सीख लेता था क्योंकि उसकी बुद्धि ज्यों की त्यों ही थी । ह२ की ज्ञान प्राप्त करने की उत्सुकता पहले से तेज हो गई थी और वह अपने अर्जित ज्ञान का उपयोग आश्चर्यजनक ढंग से करता था जिससे स्पष्ट था कि उसकी चिंतन या निर्णय करने की क्षमता पहले की ही तरह सक्रिय थी । नए अर्जित ज्ञान को ह२ बड़ी कुशलतापूर्वक याद रखता था । एक बार की सुनी हुई बात भी उसके मनस् पर अमिट छोड़ जाती थी और वह उसे फिर कभी नहीं भूलता था । दुर्घटना के पहले वह बैजो (एक प्रकार का बाजा) बजाना नहीं जानता था किंतु अब उसने बैजो बजाना कुछ ही घंटों में सीख लिया । इस बात से इस प्रश्न का उत्तर मिल जाता है कि उसका सीखना ह१ द्वारा सीखने से बनी पूर्वव्यवस्था के पुनर्जागरण का परिणाम न होकर नया अर्जन होता था । इसकी पुष्टि इस बात से और होती है कि ह२ का हस्तलेखन ह१ के हस्तलेखन से बिल्कुल भिन्न था । ह२ के जीवन के मानसिक विकास में आत्म-चेतनता का उदय बहुत बाद में हुआ । वह चेतन तो निश्चित रूप से रहता था और उसमें चेतनता की क्रिया भी बहुत तीव्र थी । बाह्य जगत से मिलने वाले सर्वेदन अब उसके लिए बिल्कुल नए थे और वह उनको बड़ी उत्सुकता से ग्रहण करता था । फिर भी उसकी आत्म-चेतनता ठीक तरह या पूर्णरूप से जाग्रत नहीं हो पाई थी । ह२ की शिक्षा की गति इतनी तेज रही कि वह दुर्घटना के छे हफ्ते बाद ही अच्छी तरह से बोलने-चालने के लायक बन गया ।

अब एक ऐसी रोचक बात हुई जिससे व्यक्तित्व ह१ के भी होने का पता चला । ह२ ने अपने कुछ स्वप्नों का वर्णन किया । उन स्वप्नों के पात्र और वस्तुएँ उसके मित्रों के अनुसार वे थी जिनसे वह ह१ के रूप में पहले से परिचित था । किंतु ह२ के लिए वे पात्र और वस्तुएँ बिल्कुल नवीन थी और वह उनको अपने ह२ के जीवन के विचित्र स्वप्न

ही समझता था। सम्मोहन की अवस्था (hypnosis) में इन बातों पर और भी स्पष्ट प्रकाश पड़ा। सम्मोहित अवस्था में हर को हेब्रू भाषा के कुछ अधूरे पद सुनाए गए जिनसे वह ह१ के रूप में परिचित रहा था। हर ने उन अधूरे पदों को पूरा कर दिया और तत्काल ही यह भूल गया कि उसके पूरे किए गए पद बिल्कुल सही थे। हर ने इस पर यह कहा, “इससे मुझको डर लगा, मुझे लगा कि मेरे द्वारा कोई अन्य व्यक्ति बोल रहा है” तब उसे न्यूयार्क शहर इस आशा से ले जाया गया कि वह ह१ के रूप में जिन दृश्यों और व्यक्तियों से परिचित था उन्हें देखकर उसका ह१ व्यक्तित्व शायद पूरी तरह से जाग सके। वहाँ एक रात बिताने के बाद अगले दिन सबेरे वह ह१ के रूप में जागा। अब उसे दुर्घटना के इन दो महीनों में क्या हुआ था न तो इसका ही कुछ ज्ञान था और न हर के रूप में परिचित व्यक्तियों, दृश्यों या वस्तुओं का ही। दिन भर तो वह ह१ बना रहा किंतु उसके दूसरे दिन सबेरे वह हर होकर जागा। इस प्रकार वह कभी ह१ तथा कभी हर के रूप में जीवन बिताता रहा। एक से दूसरे व्यक्तित्व की ओर सक्रमण या तो नींद में होता था या नींद के समान आ जाने वाली अवस्था में जो आँखें भरसक खुली रखकर जागते रहने की कोशिश करने पर भी आ जाती थी। इस दुहरे अस्तित्व के एक हफ्ते बाद उसकी एक विचित्र अवस्था हो गई जिसे ह१ और हर का सघर्ष कहा जा सकता है और जिसके कारण वह स्थायी रूप से अपनी प्रकृत (normal) अवस्था में आ सका। ह१ एक दिन लेटें लेटें अर्धसंज्ञाशून्य अवस्था में चला गया। इस अवस्था में उससे पूछे गए प्रश्नों के अस्पष्ट उत्तरों से यह पता चला कि उसे ह१ और हर दोनों का ज्ञान था। धीरे धीरे उसके उत्तर अधिक स्पष्ट बनते गए और तब उसने अपने अनुभव का बड़ा रोचक वर्णन किया। इस समय से उसे ह१ और हर दोनों की याद थी और वह पूर्णरूप से स्वस्थ और प्रकृत समझा जाने लगा था। उसने कहा कि वह बड़े विकट मानसिक सघर्ष से गुजरा है। उसमें ह१ और हर दोनों व्यक्तित्वों का उदय साथ साथ हुआ था और वे दोनों प्रतिद्वन्दी बन गए थे। वह उन दोनों व्यक्तित्वों में से किसी एक को नहीं चुन सका क्योंकि वे दोनों एक ही तरह के थे... उसके ऊपर दो विभिन्न व्यक्तियों ने अपना अधिकार कर लिया था। यह एक ही मनस् में दो व्यक्तियों के बीच जीवित रहने के लिए सघर्ष था; हर व्यक्ति दूसरे को दबा और नष्ट कर ऊपर आना चाहता था... प्रमुख अवस्था ज्यादा अस्पष्ट

और अधिक आसानी से पराजित की जा सकने वाली थी। “मैंने दोनों से बारी बारी से छुटकारा पाने की कोशिश की, ... मैंने दोनों जीवनो को अपनाने की कोशिश की, क्योंकि मुझे यह डर और चिंता थी कि उन दोनों का संघर्ष बराबर होता रहेगा • • • मुझे विश्वास है कि वे दोनों जीवन मेरे ही हैं, किंतु वे इस अर्थ में एक दूसरे से अलग हैं कि मैं एक को दूसरे से मिला नहीं पाता। मैं यह नहीं जानता कि उनको एकीभूत कैसे किया जाय • • • गौण अवस्था में नींद के समान तोड़ है और तोड़ प्रमुख अवस्था में भी है। गौण अवस्था कुछ ज्यादा स्पष्ट और बलशाली है किंतु मैं उसको आना नहीं सका हूँ। उसमें बहुत सी बारीक बातें हैं जो मुझे ठीक ठीक याद हैं।”

इस केस से स्पष्ट हो जाता है कि हाना के अन्दर दो मानसिक संगठन या व्यक्तित्व ह१ और ह२ बन गए थे जो बारी बारी से सक्रिय होते रहते थे। यह तो बिल्कुल निर्विवाद है कि दो व्यक्तित्व किसी व्यक्ति के पूरे ग्राहकीय (receptor) और प्रभावकीय (effector) यन्त्र पर एक ही समय पूरी तरह से हावी नहीं हो सकते। वे क्रमान्तर से एक दूसरे के बाद ग्राहकीय और प्रभावकीय यन्त्र पर नियन्त्रण अवश्य कर सकते हैं। इसे क्रमान्तर (alternating) बहु-व्यक्तित्व कहा जाता है। हाना का केस क्रमान्तर बहु-व्यक्तित्व का उदाहरण है।

दूसरी ओर यह भी सम्भव है कि एक व्यक्तित्व व्यक्ति के अधिकांश (प्रभाव-कीय और बौद्धिक) यन्त्र पर हावी हो जाय और दूसरा शेष यन्त्र पर जो मतिभ्रम (hallucination) और अन्य उपचेतन (sub-conscious) अनायास (automatic) क्रियाएँ जैसे बोलना या लिखना आदि को प्रकट कर सकता है। यह भी हो सकता है कि दोनों व्यक्तित्व घटनाओं के प्रति एक ही समय और एक ही साथ इस तरह सक्रिय और चेतन बने रहे जैसे दो आदमी किसी घटना के प्रति बने रहते हैं। इस प्रकार के बहु-व्यक्तित्व को सहसक्रिय (coactive or co-conscious) बहु-व्यक्तित्व कहा जाता है। सह-सक्रिय बहु-व्यक्तित्व का उदाहरण लीजिए

केस २०—मेरिया को अपने पिता की दुःखद मृत्यु होने से जो संचारी-भावात्मक धक्का लगा उसके स्पष्ट क्रियात्मक चिन्ह उसकी आयु के बीसवें वर्ष में प्रकट होने लगे। तब से कुछ ऐसी बातें हुईं जिनसे यह सन्देह नहीं रह गया कि उसके अन्दर एक सुव्यवस्थित उपचेतन कॉम्प्लेक्स (subconscious complex) बन चुका था जो उसे अक्सर बशीभूत कर लेता था। कभी कभी उसका आचरण बिल्कुल

विचित्र बन जाया करता था । वह बिना किसी इरादे के सोते से उठ बैठती थी और बेढगपन से नाचने लगती थी । छब्बीसवें वर्ष में मेरिया का उपचेतन काम्प्लेक्स पूरी तरह से गौण (secondary) व्यक्तित्व बन गया । कुछ समय तक उसके दोनो व्यक्तित्व म१ और म२ क्रमांतर से (alternately) उसके ऊपर अपना अधिकार जमाए रहे । म१ और मेरिया के प्रकृत व्यक्तित्व में बहुत कम भेद था । म२ नाचने-गाने वाली प्रेयसि के रूप में स्पेन की एक जिप्सी लडकी थी । म२ के रूप में रहने पर मेरिया टूटे-फूटे ढंग से स्पेनी भाषा बोलती और लिखती थी ।

दोनो व्यक्तित्व म१ और म२ एक दूसरे की क्रियाओं के प्रति चेतन रहते थे और उन्हें याद रखते थे . उपचेतन अवस्था में म१ केवल दृष्टा के रूप में रहती थी और म२ के आचरण का निर्धारण नहीं कर पाती थी . म२ उपचेतन अवस्था में म१ को इच्छानुसार प्रभावित कर सकती थी । म१ और म२ में अक्सर बातचीत भी हुआ करती थी . दोनो व्यक्तित्वों का सह-अस्तित्व था, एक की प्रधानता होने पर दूसरा उपचेतन रूप में रहता था । दोनो व्यक्तित्व किसी भी शारीरिक अंग का उपयोग एक ही समय और साथ साथ कर सकते थे । उदाहरण के लिए जब कभी दोनो व्यक्तित्व कोई लेख एक साथ पढ़ते थे तो उन दोनो के पढ़ने की गति आगे-पीछे हो जाया करती थी और लेख को कोई एक व्यक्तित्व दूसरे से पहले ही पढ़ लेता था । म२ की वर्तमान और अतीत की घटनाओं की स्मृति म१ से अच्छी थी इस बात के भी स्पष्ट प्रमाण मिले कि कभी कभी म१ के सोते रहने पर म२ जागती रहती थी और वह म१ की चेतनता के ऊपर स्वप्न के रूप में कोई गढ़ी हुई कहानी या बात आरोपित कर सकती थी ।

म१ और म२ के चरित्र में भी बहुत भेद था । म२ में सेक्सीय (sexual) प्रवृत्ति म१ से बहुत ज्यादा थी जिसकी अभिव्यक्ति उन्मुक्त गान तथा नृत्य या रोमैन्टिक कल्पनाओं द्वारा हुआ करती थी । म२ में आत्मानुमोदन (self-assertion) की प्रवृत्ति भी ज्यादा थी जिसका प्रदर्शन उसके अतिशय आत्म-विश्वास, अभिमान और स्वच्छन्दता से होता था । म२ के उभरने पर म१ की सारी हिचकिचाहट दूर हो जाया करती थी . म१ के लिए म२ की यह स्वच्छन्दता आश्चर्य और सराहना का एक विषय था । डाक्टर कोरी के वर्णन में, जिन्होंने इस केस का अध्ययन किया था, यह मालूम होता है कि म२ के उभरने पर म१ को

सेक्स-प्रवृत्ति से छुटकारा पाने की बहुत खुशी होती थी । किन्तु म२ अपनी इच्छानुसार सेक्स प्रवृत्ति को म१ पर लाद भी सकती थी यह म१ का एक सबसे विचित्र अनुभव था जिससे बचने के लिए वह म२ को हर तरह से प्रसन्न रखने की चेष्टा करती थी ।

मेरिया के पूर्व जीवन का इतिहास मालूम होने पर उसके द्वैत-व्यक्तित्व पर काफी प्रकाश पड़ा । उसका लालन-पालन बड़ी सख्ती से हुआ था जिससे उसकी सेक्स विषयक भावनाओं का शमन (repression) होता रहता था । शिक्षालय में मेरिया ने शायद जिप्सी लड़कियों की प्रेम-कहानियाँ पढ़ी या सुनी थी और वह एक नवयुवक के प्रति आकर्षित भी हुई थी । किन्तु उसको अपनी भावनाओं से सघर्ष कर उनका शमन करना पड़ता था । मेरिया ने अपनी अतिशय सेक्स प्रवृत्ति को बिल्कुल दबा दिया था जिसकी क्षतिपूर्ति (compensation) रोमैन्टिक कल्पनाओं द्वारा होती रहती थी । पिता की मृत्यु से लगने वाले आघात ने मेरिया के पुराने सघर्ष की नींव पर दो व्यक्तित्वों म१ और म२ का निर्माण कर दिया । स्पष्ट है कि मेरिया के मानसिक विघटन के पीछे सेक्स प्रवृत्ति की प्रधानता थी ।

हिस्टीरिया और शरीर जन्य रोगों का सम्बन्ध—हिस्टीरिया और शरीरजन्य रोगों में बहुत बड़ी समानता होने से हिस्टीरिया की जाँच में बड़ी सावधानी की आवश्यकता पड़ती है । प्रायः बहुत से हिस्टीरिक लक्षणों को शारीरिक रोग और किसी शारीरिक रोग के लक्षणों को हिस्टीरिया का कोई रूप समझ लिया जाता है । हिस्टीरिक दर्द, लकवे, एनेस्थीसिया आदि को पेट में गिल्टी पड़ना, फेफड़ों में तपेदिक होना या आँतों का विकार आदि समझ लिया जाता है जो गलत और खतरनाक होता है । बहुत से रोग हिस्टीरिया-प्रेरित होते हैं इसलिए वे अप्रत्याशित और रहस्यात्मक ढंग से अच्छे भी हो जाते हैं ।

हिस्टीरिया और शारीरिक रोगों में घनिष्ठ सम्बन्ध होता है और कोई एक किसी दूसरे को जन्म दे सकता है । किसी किसी शारीरिक रोग के साथ हिस्टीरिया के दौरे भी आने लगते हैं और वे शारीरिक रोग के अनुगामी भी बन सकते हैं । ऐसे रोगियों के केस मौजूद हैं जिनके रोगों का शारीरिक दोष मिट जाने पर भी रोग नहीं मिटा । इससे स्पष्ट है कि शारीरिक रोग अक्सर हिस्टीरिक रोग में परिवर्तित हो सकता है । हिस्टीरिक रोग एपीलेप्सी और मनोजन्य अन्य रोगों से भी सम्बद्ध होकर अत्यन्त जटिल बन सकता है, इसलिए हिस्टीरिया की जाँच में बड़ी सावधानी से काम लेना चाहिए ।

हिस्टीरिया के कारण—हिस्टीरिया की जाँच में उसके कारण बहुत सहायक होते हैं। हिस्टीरिया के पीछे व्यक्ति के जीवन की कोई दुखद अनुभूति या निराशा अवश्य हुआ करती है। असफल दाम्पत्य जीवन, पारिवारिक असन्तोष, आर्थिक चिंताएँ, विफल आकाक्षाएँ, अनैच्छिक और खिझाने वाले सामाजिक उत्तरदायित्व, सचारीभावों की प्रतिक्रिया का उचित निर्माण न हो पाना आदि हिस्टीरिया रोग की सामान्य पृष्ठभूमि होते हैं। शैशवावस्था में हिस्टीरिया रोग कम पाया जाता है क्योंकि तब जीवन की दुखद अनुभूतियों या विभिन्न प्रकार की निराशाओं और चिंताओं का उतना ज्यादा और तीव्र अनुभव नहीं होता जितना वयस्क होने पर होता है। हिस्टीरिया रोग प्रौढावस्था तक ही अधिक पाया जाता है क्योंकि इस काल में व्यक्ति सचारीभाव प्रधान होता है जिससे जरा से आघात से उसका सतुलन बिगड़ सकता है और वह हिस्टीरिया के प्रति ग्रहणशील बन सकता है। वृद्धावस्था में व्यक्ति की आदतें इतनी दृढ़ बन जाती हैं कि उस पर जीवन के आघातिक अनुभवों का बहुत कम असर हो पाता है जिससे हिस्टीरिया के प्रति उसकी ग्रहणशीलता कम हो जाती है।

हिस्टीरिया से चूँकि व्यक्ति का व्यवहार अप्रकृत बन जाता है इसलिए कुछ विद्वान हिस्टीरिया का कारण असतुलित सयम में भी मानते हैं। आत्मनियंत्रण के अभाव में व्यक्ति के व्यवहार का हिस्टीरिक बन जाना साधारण सी बात है। सिर चढ़े और अभाव में पलने वाले बच्चों का सयम सतुलित नहीं रह पाता जिससे उनमें हिस्टीरिक बनने की क्षमता ज्यादा बढ़ जाती है।

बहुत से लोगो में हिस्टीरिया के प्रति ग्रहणशील होने की जन्मजात क्षमता होती है। ऐसा माना जाता है कि बहिर्मुखी प्रवृत्ति के लोग हिस्टीरिया के प्रति अधिक ग्रहणशील होते हैं। यद्यपि उपर्युक्त मान्यता में सत्य का अंश अवश्य है किन्तु बुल्फजोन के अध्ययन से यह पता चला है कि जन्मजात क्षमता के अभाव में भी हिस्टीरिया के दौरे आना स्वाभाविक है। इसलिए हिस्टीरिया को जन्मजात ग्रहणशीलता पर ही निर्भर समझना ठीक नहीं है।

हालिगवर्थ ने प्रथम विश्व-युद्ध के समय साइकोन्यूरोनीय रोगियों के बड़े समूह की बुद्धि परीक्षा करके यह पाया कि हिस्टीरिया और साइकोन्यूरोसिस के अन्य प्रकारों और बुद्धि में घनिष्ठ सम्बन्ध होता है। हर परीक्षित समूह की मानसिक आयु यों ही हिस्टीरिया ११.६, साइकेस्थीनिया १४.६। यह ध्यान देने योग्य है कि सेना में भरती न किए जाने वाले लोगो की औसत मानसिक आयु १४ वर्ष थी। इस व्योरे से स्पष्ट है कि कम बुद्धि रखने वाले

लोग हिस्टीरिया के विभिन्न रूपों और ज्यादा बुद्धि रखने वाले साइकेस्थीनिया के विभिन्न रूपों के प्रति अधिक ग्रहणशील होते हैं ।

कुछ शारीरिक दोषों को भी हिस्टीरिया का कारण माना जाता है । किंतु शारीरिक दोष अपने आप में हिस्टीरिया का परिणाम या उसके निमित्त कारण ही होते हैं, उपादान कारण नहीं । लम्बी बीमारी से किसी इच्छा की पूर्ति में पड़ने वाली बाधा, पारिवारिक उपेक्षा का डर या निर्भर लोगों के आर्थिक कष्ट की चिन्ता हिस्टीरिया का उपादान कारण अवश्य बन सकती है ।

हिस्टीरियाग्रस्त लोग हर प्रकार के निर्देशन के प्रति अत्यधिक ग्रहणशील होते हैं जिससे उनके बहुत से हिस्टीरिक लक्षण निर्देशन के परिणाम स्वरूप उत्पन्न हो सकते हैं । हर समाज में अनेक व्यक्ति न्यूरोनीय दुर्बलता, चिन्ता, कुशिक्षा, बीमारी, निराशा आदि असंतुलनों के शिकार होते हैं । जब तक समाज एक पिटे पिटाए ढर्रे पर चलता रहता है तब तक उन लोगों का असंतुलन ज्यादा स्पष्ट नहीं हो पाता किंतु सकट के समय या सचारीभावों पर से नियंत्रण हटा देने वाली किसी घटना से उनका असंतुलन व्यवहार द्वारा बड़ी स्पष्टता से दृष्टिगोचर होने लगता है । आग लगने, बाढ़ या भूकम्प आने या युद्ध छिड़ने पर उन लोगों के व्यवहार में हिस्टीरिया के ऐसे ऐसे लक्षण प्रकट होने लगते हैं जिनका किसी और तरह से अनुमान ही नहीं किया जा सकता । सकट के समय व्यक्तियों पर पड़ने वाले मनोवैज्ञानिक प्रभावों को प्रत्येक व्यक्ति के निर्माण की पृष्ठभूमि जानने के बाद ही ठीक से समझा जा सकता है ।

हिस्टीरिया सैद्धान्तिक विवेचन

हिस्टीरिया के विभिन्न सैद्धान्तिक विवेचनों पर जैनें और फ्रायट की विचारधारा का व्यापक प्रभाव पड़ा है । किंतु ऐतिहासिक दृष्टि से जैनें और फ्रायट की विचारधाराओं पर शारको और बैबिन्स्की के विचारों की छाप पड़ी है । इसलिए जैनें और फ्रायट के हिस्टीरिया सम्बन्धी सिद्धान्तों को समझने के पहले शारको और बैबिन्स्की के मतों का उल्लेख करना अपेक्षित है ।

शारको का मत—शारको ने हिस्टीरिया की चार प्रमुख अवस्थाएँ मानी हैं । पहली अवस्था में सचारीभावात्मक विच्छेदितता प्रकट होती है, दूसरी में प्रभावकीय (motor) व्यतिक्रम तथा उद्दीपन, तीसरी में अनर्गल व्यवहार और चौथी में अनर्गल व्यवहार के साथ साथ सचारीभावों की अभिव्यक्ति । शारको ने सवेदनशीलता के व्यतिक्रम को हिस्टीरिया का स्थायी लक्षण माना था । बाद में हिस्टीरिया के विशेष अध्ययन से यह पता चला कि शारको द्वारा मानी गई हिस्टीरिया की उपर्युक्त चार अवस्थाएँ हिस्टीरिया

के विभिन्न रूपों का समन्वय मात्र ही है। शारको ने जिन बहुत सी विशेषताओं को हिस्टीरिया के लक्षण समझा था वे परीक्षा करने पर रोगी पर उसके परीक्षक के निर्देशन का परिणाम साबित हुई।

बैबिन्स्की का मत—शारको के विपरीत बैबिन्स्की ने हिस्टीरिया की परिभाषा उसकी चार अवस्थाओं द्वारा न कर निर्देशनग्राह्यता (suggestibility) के आधार पर की है और निर्देशनग्राह्यता को हिस्टीरिया का प्रमुख लक्षण माना है। बैबिन्स्की ने निर्देशनग्राह्यता शब्द का प्रयोग प्रचलित अर्थ में न करके वैज्ञानिक अर्थ में किया है। निर्देशनग्राह्यता का अर्थ किसी अतार्किक विचार को बिना आलोचना किए ही स्वीकार कर लेना होता है। बैबिन्स्की का यह विश्वास भी था कि हिस्टीरिक लक्षण को निर्देशन द्वारा दूर किया जा सकता है। उसने यह भी माना था कि हिस्टीरिया के बहुत से लक्षण रोगी में परीक्षक के निर्देशन के परिणाम स्वरूप प्रकट हो जाते हैं।

किन्तु बैबिन्स्की की सबसे बड़ी कमी हिस्टीरिया में संचारीभावों को कोई स्थान न देना थी। यह ठीक है कि हिस्टीरिया के बहुत से लक्षण परीक्षक के निर्देशन के परिणाम होते हैं किंतु गम्भीर मनन से यह भी पता चला है कि हिस्टीरिया के बहुत से रूप निर्देशन का परिणाम कदापि नहीं होते। ऐसे उदाहरणों में बैबिन्स्की का मत व्याख्या की दृष्टि से अनुपयुक्त हो जाता है। दूसरे, बैबिन्स्की ने प्रकृत और अप्रकृत निर्देशनग्राह्यता में भी कोई स्पष्ट अन्तर बताने की कोशिश नहीं की है।

जैने का मत—जैने ने हिस्टीरिया का कारण रोगी की अपने अनुभवों को संगठित न कर सकने की जन्मजात दुर्बलता को माना है। प्रकृत व्यक्तित्व में मानसिक संगठन जल्दी छिन्न नहीं होता। कुछ लोगों में अज्ञात कारणों से व्यक्तित्व का प्रकृत संगठन नहीं हो पाता और वे लोग ही साइकेस्थीनिया और हिस्टीरिया के प्रति ज्यादा ग्रहणशील होते हैं। हो सकता है कि प्रकृत व्यक्तित्व के संगठन के छिन्न होने का कारण शायद थकान, स्नायु-दुर्बलता रागात्मक व्यतिक्रम या इन सबके मिलने का परिणाम होता हो। दुर्बल मानसिक संगठन के लोग जीवन के निम्न स्तरों पर तो भलीभाँति निभ जाते हैं किंतु उच्च स्तरों पर निभ सकने में असफल रहते हैं।

जैने के अनुसार हिस्टीरिया ग्रस्त व्यक्ति की चेतनता का क्षेत्र अत्यन्त सकुचित होता है जिससे हिस्टीरिया की अवस्था विघटन के बहुत समीप होती है। चेतनता का क्षेत्र अत्यधिक सकुचित होने से ही हिस्टीरिया ग्रस्त व्यक्ति में निर्देशनग्राह्यता की अधिकता होती है क्योंकि चेतनता के सकुचित

क्षेत्र के कारण ही व्यक्ति दूसरो के निर्देशन को बिना आलोचना किए ही मान लेता है ।

जैने ने हिस्टीरिया की व्याख्या विघटन के आधार पर की है । किसी तीव्र रागात्मक आघात के कारण मानसिक संगठन आशिक रूप से विघटित हो जाता है और कार्य करने के योग्य नहीं रह जाता । केस १६ में जिप्सी मजदूर के पूरे बाएँ हाथ में हिस्टीरिक लकवा हो जाना आघातिक रागात्मक अनुभव के कारण उस अंग के कार्यात्मक विघटन का उदाहरण है । इसी प्रकार जैने ने हिस्टीरिया के अन्य रूपों की व्याख्या भी विघटन के आधार पर करने की कोशिश की है ।

किन्तु जैने की व्याख्या में एक कमी है । यह देखा गया है कि विघटित कार्य या अंग का दुर्बल मानसिक संगठन से कुछ सम्बन्ध अवश्य रहता है । कभी कभी कोई चीज विघटित कार्य या अंग को उत्तेजित करके उसे मानसिक संगठन से कुछ देर के लिए सम्बन्धित कर देती है जिससे रोगी को मौलिक तीव्र रागात्मक अनुभव फिर होता है । दूसरे, विघटन से यह भी स्पष्ट नहीं हो पाता कि वह हिस्टीरिया के किसी एक विशेष रूप में ही क्यों प्रकट होता है, अन्य रूपों में क्यों नहीं ? विघटन से किसी केस में लकवा ही क्यों होता है, टिक क्यों नहीं ? जैने के मत की इन्हीं कुछ कमियों के आधार पर फ्रायट ने अपना मत प्रतिपादित किया ।

फ्रायट का मत—जैने ने जिन हिस्टीरिक लक्षणों पर विघटन का आरोप किया है फ्रायट ने उन पर शमन की हुई अचेतन प्रेरणाओं का किया है । फ्रायट ने विघटन की धारणा को वर्णनात्मक माना है, व्याख्यात्मक नहीं । हिस्टीरिक लक्षण अचेतन किन्तु सक्रिय असामाजिक प्रेरणाओं और चेतन सामाजिक प्रेरणाओं के द्वन्द्व का परिणाम होते हैं । वह द्वन्द्व बचपन के सेक्सीय प्रेरको या उनसे सम्बन्धित गौण मनोवैज्ञानिक प्रेरको पर केन्द्रित होता है । हिस्टीरिक लक्षण या तो उन शमन की हुई प्रेरणाओं के विस्थापन (displacement) से या शमन हो चुकी शक्तियों के प्रभाव से या विस्थापन और शमन होने की दोनों शक्तियों में समझौता होने से अभिव्यक्त होते हैं । अचेतन काम्प्लेक्स रागात्मक प्रत्यय (ideas) होते हैं और उनकी शमन हो चुकी रागात्मक शक्ति बाहर आना चाहती है ।

रागात्मक शक्ति दो तरह से बाहर आ सकती है चेतन स्तर से या किसी प्रभावकीय द्वार से । रागात्मक शक्ति चेतन स्तर पर विस्थापन द्वारा आती है । विस्थापन किसी भी सहचारी प्रत्यय पर हो सकता है । उदाहरण के लिए

सोमनैम्बुलिज्म को ले लीजिए । सोमनैम्बुलिज्म में रागात्मक शक्ति विस्थापित होकर चेतन स्तर को पूरी तरह अभिभूत कर देती है । चेतन स्तर का इस प्रकार पूरी तरह अभिभूत हो जाना फ्रायट के अनुसार आघातक अनुभव के कारण विघटन का परिणाम न होकर शमन हुए काम्प्लेक्स की रागात्मक शक्ति के विस्थापन का परिणाम होता है ।

विस्थापन के अतिरिक्त शमन हुए काम्प्लेक्स की रागात्मक शक्ति किसी प्रभावकीय द्वार द्वारा भी अभिव्यक्त हो सकती है । इसे परिवर्तन (conversion) हिस्टीरिया कहा जाता है क्योंकि यहाँ मनोवैज्ञानिक राग शारीरिक लक्षण में परिवर्तित हो जाता है । परिवर्तन हिस्टीरिया का शारीरिक लक्षण शमन हुए काम्प्लेक्स की प्रतीकात्मक अभिव्यक्ति होता है और शमन हुई इच्छा की परोक्ष तृप्ति करता है । रोगी हिस्टीरिया के लक्षणों से चिंतित न होकर उनके प्रति इसीलिए उदासीन रहता है कि वे वास्तव में उसकी इच्छा की पूर्ति के रक्षात्मक उपाय होते हैं । गत्यात्मक दृष्टि से रोगी हिस्टीरिक लक्षणों का उपयोग व्यक्तिगत स्वार्थ के लिए करके रोग के बहाने से असमर्थ बनकर दूसरों का ध्यान अपनी ओर आकृष्ट कर उनकी सहानुभूति पाना चाहता है । इस प्रकार फ्रायट ने हिस्टीरिक लक्षणों और मानसिक द्वन्द के मनोवैज्ञानिक सम्बन्ध को स्पष्ट किया है । हिस्टीरिक लक्षणों और अचेतन या शमन हो चुके द्वन्द में प्रतीकात्मक सम्बन्ध होता है ।

सातवाँ खण्ड

साइकोसिस

मैनिक-उदासी, नष्टार्तवकालीन मेलन्कोलिया, पैरानोइया

साइकोसिस शब्द का प्रयोग दो अर्थों में किया जाता है (१) सज्ञा रूप में अप्रकृत मानसिक अवस्था या प्रतिक्रिया को सूचित करने के लिए और (२) लाक्षणिक रूप में तत्सम्बन्धी अवस्था या प्रतिक्रिया के लक्षण बताने के लिए। साइकोसिस दो प्रकार के होते हैं कार्यात्मक (functional) और आगिक (organic)। कार्यात्मक साइकोसिसों का आधार रागात्मक, ज्ञानात्मक या व्यवहार के किसी सायास पक्ष में होता है। आगिक साइकोसिसों का आधार शरीर या मस्तिष्क के किसी अंग के दूषित हो जाने में होता है।

साइकोन्यूरोसिस के विपरीत साइकोसिस (psychoses) मानसिक विकारों का ज्वलन्त रूप होते हैं। साइकोन्यूरोसिस ग्रस्त व्यक्ति के विपरीत साइकोसिस-ग्रस्त व्यक्ति का वास्तविकता से ऐसा सम्बन्ध विच्छेद हो जाता है कि वह अपने आप को अप्रकृत नहीं समझता। मनोवैज्ञानिक भाषा में यह कहा जायगा कि साइकोसिस-ग्रस्त व्यक्ति में अन्तर्दृष्टि (insight) का अभाव होता है जिससे वह वास्तविकता का सही रूप समझ सकने और उससे अपना सतुलन बनाए रखने के अयोग्य हो जाता है। अन्तर्दृष्टि के अभाव के कारण उसका व्यवहार अपने और दूसरों दोनों के लिए खतरनाक बन सकता है इसलिए ऐसे व्यक्ति से सावधान रहने और उसकी कोई समुचित व्यवस्था करने की जरूरत पड़ती है।

कार्यात्मक साइकोसिसों में कुछ तो ऐसे होते हैं जो रोगी के रागात्मक पक्ष और कुछ ज्ञानात्मक पक्ष से सम्बन्धित होते हैं। पहले रागात्मक पक्ष और फिर ज्ञानात्मक पक्ष से सम्बन्धित साइकोसिसों के रूपों पर विचार किया जायगा। रागात्मक पक्ष से सम्बन्धित साइकोसिस की पहचान यह होती है कि व्यक्ति पर पड़ने वाले प्रभावों और उनसे उत्पन्न होने वाली उसकी मनोदशा में कोई प्रत्यक्ष और स्पष्ट सम्बन्ध नहीं जान पड़ता। रागात्मक साइकोसिस के रूप हैं मैनिक-उदासी (manic-depression) और नष्टार्तव-कालीन मेलन्कोलिया (involucional melancholia)।

मेनिक-उदासी

सांख्यिकीय अध्ययन से यह प्रतीत होता है कि मेनिक-उदासी साइकोसिस स्त्रियों में और गाँवों की अपेक्षा शहरों में ज्यादा पाया जाता है। यह साइकोसिस ज्यादा व्यापक होता है। स्त्रियों में यह साइकोसिस (psychosis) ४० से ५० वर्ष की आयु के अन्दर और पुरुषों में ५० की आयु के बाद मिलता है। पहले यह विश्वास किया जाता था कि मेनिया (mania) और उदासी (depression) दो अलग अलग मानसिक विकार हैं किन्तु क्रेपेलिन ने यह देखा कि एक ही रोगी में मेनिया और उदासी दोनों पाई जाती हैं। बाद में धीरे धीरे यह स्पष्ट होता गया कि दोनों विकार एक ही मूल बात की अभिव्यक्ति के दो विरोधी पक्ष होते हैं, इसलिए आजकल मेनिया और उदासी को दो अलग अलग साइकोसिस न समझ कर एक ही साइकोसिस के दो पक्ष माना जाता है।

प्रेसी ने मेनिक-उदासी को 'रागात्मकता की अति का साइकोसिस' कहा है। मेनिक-उदासी के दोनों पक्षों का प्रभाव व्यक्ति के चिंतन, राग और प्रतिक्रिया तीनों पर पड़ता है। अलग अलग व्यक्तियों में मेनिक-उदासी के दोनों पक्ष किसी नियमित मात्रा में न मिलकर विभिन्न मात्राओं में मिलते हैं। किसी व्यक्ति में केवल एक पक्ष की प्रधानता हो सकती है और किसी में दोनों पक्ष नियमित या मिश्रित ढंग से क्रमान्तरित हो सकते हैं।

मेनिया और उदासी की तीव्रता की मात्राओं के तीन भेद अच्छी तरह देख जा सकते हैं। मेनिया के साधारण रूप को हाइपोमेनिया (hypomania), तीव्र रूप को एक्यूट (acute) मेनिया और तीव्रतम रूप को हाइपरएक्यूट (hyperacute) मेनिया कहा जाता है। उदासी के हल्के रूप को साधारण अधोगमन (simple retardation), तीव्र रूप को एक्यूट (acute) मेलन्कोलिया (उदासी) और तीव्रतम रूप को जडतामय (stuporous) मेलन्कोलिया कहा जाता है।

मेनिक पक्ष और उसके रूप—अतिरजित आत्म-सन्तोष और उत्फुल्लता की अनुभूति लिए हुए मनो-प्रभावकीय (psycho-motor) उद्दीपन की अवस्था को मेनिया कहा जाता है। कोई अच्छी खबर सुनकर या प्रत्याशित सफलता मिलने पर हर आदमी उत्फुल्ल हो जाता है। किन्तु उत्फुल्लता अगर तीव्र होकर एक भ्रम का रूप ले ले और व्यक्ति के दृष्टिकोण और उत्तरदायित्व पर अपनी छाप डालने लगे तो वह अप्रकृत रागात्मकता बन जाती है। मेनिया यानी अप्रकृत रागात्मकता की अवस्था में व्यक्ति उत्फुल्लता के कारण वास्त-

विकृता को भूल जाता है और उससे अपना उचित सतुलन नहीं कर पाता, चाहे वह इसे स्वीकार करे या न करे ।

हाइपोमेनिया (hypomania) उत्फुल्लता का हल्का रूप होता है । हाइपोमेनिया का प्रभाव व्यक्ति की मानसिक विचारधारा पर पड़ता है जिससे उसके मन में विचारों की बाढ़ आ जाती है जो कभी तर्कसंगत, कभी अनर्गल और कभी अनुप्रासमयी होती है । हाइपोनिया का रोगी बेचैन रहता है, सो नहीं पाता और किसी न किसी काम में व्यर्थ लगा रहता है । वह हर काम में आरम्भशूर होता है और एक भी पूरा नहीं कर पाता कि दूसरे में, फिर तीसरे में और फिर चौथे में लग जाता है । सोने या खाने की उपेक्षा से वह कभी कभी मूर्च्छित भी हो सकता है । ऊपर से तो वह प्रसन्नचित्त-सा लगता है और हर व्यक्ति के प्रति सदेच्छा रखता है किन्तु यदि उसे छेड़ा जाय या उस पर नियंत्रण करने की चेष्टा की जाय तो वह अन्दर से बड़ा चिड़चिड़ा और झल्ला जाने वाला साबित होता है । वह अपने आप से बहुत खुश रहता है और हर काम को बहुत जोशपूर्ण ढंग से करता है । उसकी प्रतिक्रियाओं में शीघ्रता होती है । उसकी दृष्टि में हर काम अच्छा होता है और वह किसी भी काम के बुरे पक्ष को नहीं देख पाता । वह तेज और उच्च स्वर से बातें करता है और उसके काम करने के ढंग में असाधारण आत्म-विश्वास रहता है । उसकी लिखावट बड़ी होती है और वह अपने सामने दूसरों का कोई ख्याल नहीं करता ।

एक्यूट (acute) मेनिया हाइपोमेनिया का ही अतिरजित रूप होता है । एक्यूट-मेनिया अस्त व्यक्ति की प्रतिक्रियाओं में उद्दीपन की मात्रा अधिक होती है । उसका ध्यान बहुत चंचल होता है । वह बहुत शीघ्रतापूर्वक बातें करता है जो कभी कभी अनर्गलता के समीप तक पहुँच जाती हैं । उसकी मुखमुद्रा में उसकी प्रतिक्रियाओं के अनुकूल परिवर्तन होते रहते हैं । उसकी आँखें निकल-सी आती हैं, हावभाव हिंसक और व्यवहार आक्रामक बन जाता है । उत्फुल्लता (elation) की प्रधानता रहने पर भी किसी अन्य व्यक्ति द्वारा छेड़े जाने पर वह गुस्से में आकर जो चाहे कर बैठता है । छेड़े न जाने पर उसका व्यवहार अतिशय आत्म-प्रशंसा और दूसरों के प्रति पूर्ण उपेक्षा की अभिव्यक्ति होता है । उसकी उक्तियाँ किसी बड़े प्रसंग में असंगत होते हुए भी चातुरीपूर्ण लग सकती हैं । एक्यूट मेनिया में अक्सर हठभ्रम (delusions) भी होते हैं ।

हाइपरएक्यूट (hyperacute) मेनिया मेनिया का अत्यधिक उग्र रूप होता है और उसके रोगी की बातचीत इतनी असम्बद्ध, असयत और

टूटी फूटी होती है कि उसका कोई मतलब निकाल सकना असम्भव सा हो जाता है। हाइपरएक्यूट-मेनिया-ग्रस्त रोगी का व्यवहार अत्यधिक उद्दीपनपूर्ण और आक्रमक हो जाता है। वह कभी अपने बाल नोचता है, कभी हँसता है, कभी गाता है और इधर उधर घूमता रहता है। वह अन्य लोगों पर आक्रमण भी कर बैठता है। उसको न तो नीद आती है और न वह आराम करना चाहता है। उसको बिल्कुल निश्चित होने से बचाने के लिए उस पर नियंत्रण रखना आवश्यक हो जाता है।

उदासी-पक्ष और उसके रूप--अप्रकृत रागात्मकता का दूसरा पक्ष उदासी का होता है। हम सब को समय समय पर विभिन्न मनोदशाओं का अनुभव होता रहता है। कभी हम प्रसन्नचित्त रहते हैं, कभी शोकाकुल और कभी खिन्न। प्रकृत और स्वस्थ व्यक्ति को भी गहरी उदासी हो सकती है। उदासी का कारण कोई न कोई गहरी निराशा या शोकपूर्ण घटना होती है। और उदासी की तीव्रता व्यक्ति के अनुभव की तीव्रता के अनुपात से कुछ देर ही रहती है। किंतु उदासी जब अनुभव की तीव्रता के अनुपात से ज्यादा तीव्र और ज्यादा देर तक रहे और साथ ही व्यक्ति के व्यवहार और दृष्टिकोण को भी प्रभावित करने लगे तो वह अप्रकृत रागात्मकता का रूप बन जाती है।

उदासी की अवस्था जब व्यक्ति के जीवन के किसी संघर्ष से सम्बन्धित होती है तो उसे प्रतिक्रियात्मक उदासी (reactive depression) कहा जाता है। जिस उदासी का कोई बाह्य आधार नहीं होता उसे अन्तर्जन्य (endogenous) उदासी कहा जाता है। उदासी के ये दोनों रूप एक दूसरे पर निर्भर होते हैं। उदासीग्रस्त व्यक्ति की बाह्य जगत में कोई रागात्मक रुचि नहीं रहती, उसकी मानसिक और जारौरिक क्रियाओं में सुस्ती आ जाती है, विचार शक्ति का ह्रास होने लगता है और उसका व्यवहार संकुचित बन जाता है। यह साधारण अधोगमन (simple retardation) की अवस्था होती है।

उदासी के तीव्र रूप को एक्यूट (acute) मेलन्कोलिया कहा जाता है। एक्यूट मेलन्कोलिया की अवस्था में रोगी का अनुभव इतना कटु और निराशापूर्ण बन जाता है कि वह अपने जीवन को निरर्थक जानकर आत्महत्या करने की ओर प्रेरित होने लगता है और कुछ रोगी तो आत्महत्या कर भी लेते हैं। रोगी में आत्मतिरस्कार की भावना घर कर लेती है जिसका उसके स्वास्थ्य पर बहुत बुरा प्रभाव पड़ता है। रोगी को भूख कम लगती है, उसका वजन घटने लगता है, अक्सर कब्ज रहता है, कच्ची नीद आती है, नीद आने

से पहले मन में कुविचार उठते रहते हैं और सबेरे जागने पर थकान मालूम होती है ।

जडतामय मेलन्कोलिया (stuporous melancholia) की अवस्था में रोगी की हालत ऐसी हो जाती है कि वह घटो जडवत् बैठा या लेटा रहत है । उसे अपने परिवेश का बोध तो रहता है किन्तु वह परिवेश से सक्रिय सम्पर्क नहीं रख पाता । जडतामय उदासी की अवस्था में रोगी को कभी कभी उठाने-बैठाने, नहलाने, पहनाने, धुलाने, खिलाने तक की जरूरत भी पड जाती है जिसको वे स्वयं नहीं कर सकते । जडतामय उदासी-ग्रस्त रोगियों के मन में कोई भयकर अपराध या पाप करने की निरर्थक भावना सदा रहती है । कोई रोगी अपने को विश्व-युद्ध का कारण समझता है तो कोई किसी और पापकर्म का ।

मिश्रित रूप—यद्यपि मेनिक-उदासी के दोनो पक्षो का मिश्रित रूप कम देखने को मिलता है किन्तु लगभग पच्चीस प्रतिशत रोगियों में मेनिया और उदासी के दोनो पक्ष मिलते हैं जिससे क्रेपेलिन की इस मान्यता की पुष्टि होती है कि मेनिक-उदासी साइकोसिस के दोनो पक्ष एक ही विकार के कुछ सामान्य लक्षणों की अभिव्यक्ति होते हैं । रोगियों में मेनिया और उदासी दोनो पक्षों का क्रमान्तर चक्रक ढग से होता है और क्रमान्तर के बीच में विभिन्न काल तक रहने वाली प्रकृत अवस्था भी मिलती है । अगर मेनिया को म अक्षर, प्रकृत अवस्था को प अक्षर और उदासी को उ अक्षर से बताया जाय तो मेनिक-उदासी के तीन मिश्रित रूपों का पता चलता है (१) उ-प-म-प-उ-प-म.. (२) म-उ-प-म-उ-प ... और (३) म-उ-म-उ-म-उ एक पक्ष से दूसरे पक्ष में क्रमान्तर आकस्मिक न होकर धीरे-धीरे होता है और कोई एक पक्ष कई दिनों से लेकर महीनों तक रह सकता है ।

सामान्य विशेषताएँ—मेनिक-उदासी के सभी विभिन्न रूपों के रोगियों में सज्ञाशक्ति की कमी दिखाई देती है । मेनिक-उदासी का रोगी अपने परिवेश की विभिन्न उत्तेजनाओं और स्थितियों के सब पक्षों को अस्पष्ट या आंशिक रूप से ही देख पाता है । इसका कारण उसके अवधान की चंचलता में होता है जिससे वह किसी भी उत्तेजना पर एकाग्र नहीं रह पाता । मेनिक-उदासी की तीव्रतम अवस्था में व्यक्ति की प्रतिक्रियाएँ अनिश्चित और असयत बन जाती हैं और वह ठीक से अपनी, समय या दिन आदि की स्थिति नहीं बता पाता । इससे यह अनुमान किया जा सकता है कि मेनिक-उदासी की तीव्रतम अवस्था में रोगी की चेतनता कुठित हो जाती है ।

निर्णय-शक्ति का कुठित हो जाना मेनिक-उदासी की एक और सामान्य विशेषता होती है। यह देखा जा चुका है कि मेनिक-उदासी में संज्ञाशक्ति क्षीण हो जाती है और कुछ रोगी हठभ्रम (delusion) के शिकार भी हो जाते हैं और उनका अधिकांश व्यवहार उनके हठभ्रम पर आधारित होता है। संज्ञाशक्ति की क्षीणता और हठभ्रम रोगी के अनुमान और मूल्यांकन करने को प्रभावित करते हैं जिससे उसकी निर्णयशक्ति दूषित बन जाती है। उदासीग्रस्त व्यक्ति के हठभ्रम आत्म-अभियोग (self-accusation) और मेनियाग्रस्त व्यक्ति के अतिरजित आत्मगौरव या अपने को बहुत बड़ा समझने से सम्बन्धित होते हैं। वह विश्वास कर सकता है कि उसके पास एक ऐसी योजना है जिससे ससार में क्रांति हो सकती है। वह अपने दृष्टिकोण को प्रकट करने के लिए प्रभावशाली लोगो, नेताओं या शासको को लम्बे-लम्बे पत्र भी लिख सकता है। यह जरूरी नहीं है कि मेनिक रोगी की अतिरजित बातें या हठभ्रम हमेशा मूर्खतापूर्ण ही हों।

मेनिक-उदासी के एक पक्ष से दूसरे में संक्रमण होने के समय व्यक्ति की कुछ जन्मजात प्रवृत्तियों के प्रकाशन में भी परिवर्तन होता है। मेनिक पक्ष में क्रोध आसानी से जाग्रत हो जाता है, मैथुनेच्छा तत्काल पैदा हो जाती है और अहम्परक उद्देश्य सभी कामों में मौजूद रहता है। उदासी-पक्ष में मैथुनेच्छा या क्रोध आसानी से जाग्रत नहीं हो पाते। डर कुछ हद तक अवश्य मौजूद रहता है और सारा व्यवहार आत्मनिवेदन (self-submission) की प्रवृत्ति से ओतप्रोत होता है।

यों तो मेनिक-उदासी साइकोसिस में मतिभ्रम (hallucination) और हठभ्रम पाए जाते हैं किंतु वे मेनिक-उदासी के अनिवार्य लक्षण नहीं होते। अगर मतिभ्रम और हठभ्रम ज्यादा प्रभावशाली हों तो यह समझना चाहिए कि रोगी मेनिक-उदासी से तो पीड़ित है ही किन्तु उसमें स्काइजो-फ्रीनिक प्रतिक्रिया का रुझान भी है।

अब मेनिक-उदासी के मिश्रित रूप को प्रस्तुत करने वाला एक केस देखिए

केस २१—पैंतीस साल का मध्यमवर्गीय घर का एक युवक, विद्वान बनने का अभिलाषी। उसका पिता अत्यन्त रूढ़िवादी। होश सँभालने पर युवक ने घर के रूढ़िवादी वातावरण के प्रति विद्रोह करना शुरू किया। तेईसवें वर्ष में उसने अपने पिता की मर्जी के खिलाफ अपने पसन्द की एक पढ़ी-लिखी और अतिशय आधुनिक विचारों वाली

लडकी से विवाह किया। लडकी पति और अन्य पुरुषों को अपने मनोरंजन का केवल एक साधन समझती थी और स्त्री सम्बन्धी भारतीय आदर्शों, नैतिक मूल्यों और पति के प्रति कर्तव्यों का मजाक उड़ाती थी। युवक बेचारा अपनी पत्नी की सब बातें चुपचाप पी जाता था। विवाह के कुछ वर्ष बाद ही युवक मैनिक-उदासी के हल्के रूप से पीड़ित रहने लगा जो धीरे-धीरे उग्र बनता गया। युवक की मैनिक-उदासी के दोनों पक्ष कुछ समय तक ही रहते थे और दोनों पक्षों के बीच लम्बे समय तक प्रकृत अवस्था रहती थी।

मैनिक-पक्ष में युवक सन्देहवादी बन जाता था। वह प्रत्येक प्रकार के नैतिक आदर्श का तिरस्कार किया करता था। उसका आत्मानुमोदन (self-assertion) मान्य विद्वानों से नैतिक वाद-विवाद और तीव्र तार्किक विरोध करने की लालसा का रूप ले लेता था। साथ ही उसमें अपनी पत्नी की स्वेच्छाचरिता के प्रति एक भयानक ईर्ष्या भी रहती थी जो उदासी-पक्ष में नहीं होती थी।

उदासी-पक्ष में युवक भयभीत रहता था। वह नरक और दैत्यों आदि में विश्वास रखने लगता था और अपने आप को हमेशा भयकर दैत्यों से घिरा देखता था। वह अपनी पत्नी की नैतिक-आदर्शों की पूर्ण अवहेलना से बहुत दुखी रहता था। उदासी-पक्ष में पत्नी के ताने-उलाहने भी युवक के मन में आत्मानुमोदन की कोई प्रतिक्रिया जाग्रत नहीं कर पाते थे। वह भाग्य के सामने पूरी तरह से निस्सहाय हो जाता था और अपने दुर्भाग्य से बचने की कोई आशा नहीं रखता था।

व्याख्या सम्बन्धी मत—मैनिक-उदासी साइकोसिस की व्याख्या करना एक कठिन समस्या है और इस विषय में अनेक मत हैं। अनेक विद्वानों ने मैनिक-उदासी को शरीरजन्य मानकर उसकी व्याख्या शारीरिक आधार पर करने की चेष्टा की है। उनका कहना है कि मैनिक-उदासी के लक्षण कठिन प्रसव या बहुत पीड़ा पहुँचाने वाली शल्य-चिकित्सा के परिणामस्वरूप भी प्रकट हो जाते हैं। शरीरजन्य मत के अनुसार मैनिक-उदासी का कारण आन्तरिक शारीरिक अंगों का दूषित हो जाना होता है। किन्तु किसी कार्यात्मक (functional) साइकोसिस की समुचित व्याख्या केवल शारीरिक आधार पर नहीं हो सकती। यह तो ठीक है कि अन्ततोगत्वा प्रत्येक कार्यात्मक विकार का कोई न कोई शारीरिक आधार होता है, किन्तु उसमें कार्यात्मक विकार के प्रतिक्रियात्मक पक्ष की विशेषताओं को नहीं समझा जा सकता। उदाहरण के लिए पैरेसिस (Paresis) एक आगिक (organic)

विकार होता है जिसमें आगिक क्षति के कारण कोर्टेक्सीय क्रियाओं में परिवर्तन हो जाता है। पैरेसिस के रोगी को हठभ्रम होने लगते हैं। वह अपने को बहुत धनवान, शक्तिशाली, अनेक पत्नियों और सैकड़ों पुत्रों का मालिक समझने लग जाता है। हठभ्रमों (delusions) के कारण पैरेसिस के रोगी की प्रतिक्रियाओं में जो विलक्षणता आ जाती है उसे आगिक क्षति के प्रसंग से कदापि नहीं समझा जा सकता, उसे तो रोगी की इच्छाओं, आशाओं और आकांक्षाओं के गत्यात्मक (dynamic) प्रसंग से ही समझा जा सकता है।

कुछ विद्वान मेनिक-उदासी को आनुवशिक विकार मानते हैं। किन्तु यह एकांगी दृष्टिकोण है। कार्यात्मक मानसिक विकारों के पीछे आनुवशिकता और परिवेश दोनों की प्रधानता रहती है। किन्तु किसी आनुवशिक क्षमता को लेकर पैदा होने मात्र से ही उसका प्रकाशन नहीं हो जाता। आनुवशिक क्षमता के प्रकाशन के लिए उपयुक्त परिवेश की अपेक्षा होती है इसलिए कार्यात्मक मानसिक विकारों के प्रकाशन में परिवेश का आनुवशिकता से ज्यादा महत्व होता है।

क्रैमर ने मेनिक-उदासी की व्याख्या साइक्लोथाइमिक (cyclothymic) व्यक्तित्व के आधार पर करने की कोशिश की है। साइक्लोथाइमिक व्यक्ति की मनोदशा में निरन्तर क्रमान्तर होता रहता है, वह कभी उदास रहता है तो कभी उत्फुल्ल। क्रैमर के अनुसार मेनिक-उदासी के लक्षणों के विकसित होने के लिए साइक्लोथाइमिक व्यक्तित्व बहुत अनुकूल होता है। साइक्लोथाइमिक व्यक्ति की बहिर्मुखी आदतें, ज्यादा बातूनी होना और रागात्मक प्रतिक्रियाओं को स्वच्छन्दता से कर सकने की क्षमता दुर्बल कोर्टेक्सीय नियंत्रण का प्रमाण होती है। कोर्टेक्सीय नियंत्रण की दुर्बलता के कारण साइक्लोथाइमिक (cyclothymic) व्यक्ति में मेनिक-उदासी के लक्षण प्रकट होने में देर नहीं लगती। क्रैमर ने मेनिक-उदासी के पचासी केसों में वृद्ध को साइक्लोथाइमिक पाया था। किन्तु इससे यह साबित नहीं होता कि साइक्लोथाइमिक व्यक्तित्व के अलावा अन्य व्यक्तियों में मेनिक-उदासी रोग विकसित नहीं हो सकता। साइक्लोथाइमिक व्यक्तित्व और मेनिक-उदासी में अभी तक कोई सार्थक सम्बन्ध स्थापित नहीं किया जा सका है।

स्कड्गल ने मेनिक-उदासी की व्याख्या आत्म-सम्मान (self-regard) के स्थायीभाव (sentiment) के आधार पर की है। आत्म-सम्मान का स्थायीभाव दो जन्मजात प्रवृत्तियों के व्यवस्थित होने से बनता है, वे प्रवृत्तियाँ हैं आत्मानुमोदन (self-assertion) और आत्मनिवेदन (self-submission) आत्मानुमोदन का प्रकाशन अपने आप को श्रेष्ठ और हर काम कर सकने की योग्यता में विश्वास रखने और आत्मनिवेदन का प्रकाशन दूसरों का

आज्ञाकारी बनने, सहनशील होने, अपनी योग्यताओं को ठीक से जानने में होता है। प्रकृत व्यक्ति अपने विषय में जो धारणा रखता है, अपना जो भी मूल्यांकन करता है वह उसकी आत्मानुमोदन और आत्मनिवेदन की दो प्रतियोगी प्रवृत्तियों के सहयोग और पारस्परिक प्रभाव का फल होता है यद्यपि समय समय पर उनमें से किसी एक के ज्यादा प्रभावशाली होने के कारण व्यक्ति के व्यवहार में परिवर्तन होता रहता है। प्रकृत रूप से दोनों प्रवृत्तियाँ आत्मसम्मान के स्थायीभाव के दो सहकारी पक्षों की तरह काम करती हैं और प्रत्येक प्रवृत्ति दूसरी प्रवृत्ति के प्रतियोगी प्रभाव को नियंत्रित और सशोधित करती रहती है। इसका बड़ा सामाजिक महत्व है क्योंकि व्यक्ति का सामाजिक व्यवहार उसके आत्मसम्मान के स्थायीभाव के अन्दर व्यवस्थित आत्मानुमोदन और आत्मनिवेदन की प्रवृत्तियों की अभिव्यक्ति होता है।

अगर किसी व्यक्ति का प्रारम्भिक परिवेश ऐसा रहा हो जिससे उस व्यक्ति में सदा आत्मानुमोदन की प्रवृत्ति ही जाग्रत होती रही हो तो उस व्यक्ति में हर मौके पर अपने को आगे कर देने का रुझान बन जायगा। दूसरी ओर अगर उसकी आत्मनिवेदन-प्रवृत्ति ही जाग्रत होती रही हो तो उसमें हर मौके पर अपने को पीछे हटा लेने का रुझान बन जायगा। ऐसा भी हो सकता है कि वह अपने परिवेश की कुछ स्थितियों में तो अपने को आगे कर दे और कुछ में पीछे हटा ले। ऐसे व्यक्ति के अन्दर दोनों प्रवृत्तियों में कोई सहयोग और एक दूसरी के प्रभाव का नियंत्रण और सशोधन नहीं रहता और उनके इस असहयोग और असन्तुलन की अभिव्यक्ति मेनिक-उदासी में दृष्टिगोचर होती है। मेनिक-उदासी का मेनिक पक्ष आत्मानुमोदन और उदासी पक्ष आत्मनिवेदन प्रवृत्ति के पारस्परिक असशोधन और असहयोग का प्रकाशन होता है।

नतीजा यह होता है कि ऐसे व्यक्ति का दृष्टिकोण अपने परिवेश के प्रति एकात्मक न रहकर द्वैतात्मक बन जाता है। वह परिवेश की सब स्थितियों को दो सामान्य वर्गों में खंडित देखता है। एक तो वे स्थितियाँ जिनमें वह अपने को श्रेष्ठ समझता है और दूसरी वे जिनमें वह अपने को हीन समझता है। पहले प्रकार की स्थितियों में उसका व्यवहार आत्मानुमोदन प्रधान और दूसरे प्रकार की स्थितियों में आत्मनिवेदन प्रधान होता है। साथ ही साथ व्यक्ति अपने अन्दर दोनों प्रवृत्तियों के असहयोग को छिपाने की कोशिश करता है। इसका परिणाम यह होता है कि अनेक स्थितियों में उसका व्यवहार आत्मनिवेदन प्रधान तो होता है किन्तु वह वस्तुतः उन स्थितियों के प्रति मूक विद्रोह भावना रखता है। ऐसा व्यक्ति जीवन की विभिन्न स्थितियों से कोई समझौता नहीं कर पाता जिससे किसी रागात्मक या अन्य प्रकार की सकटमय

स्थिति आने पर उसकी मानसिक व्यवस्था में पहले से ही बन चुका द्वैत उसके व्यवहार द्वारा व्यक्त होने लगता है। इस प्रकार मेनिक-उदासी के रोगी में हमें जीवन के प्रारम्भिक परिवेश के कुप्रभाव के कारण उचित रूप से सापेक्षीकरण न हो सकने से आत्मसम्मान के स्थायीभाव को निर्मित करने वाली प्रवृत्तियों का असहयोग देखने को मिलता है।

केस २१ में घर के रूढ़िवादी परिवेश से अपना समझौता न कर पाने से युवक के आत्मसम्मान का स्थायीभाव (sentiment) आत्मानुमोदन और आत्मनिवेदन की प्रवृत्तियों के असहयोग और पारस्परिक असशोधन के कारण ठीक से नहीं बन पाया था। वह रूढ़िवादिता के सामने आत्मनिवेदन भी नहीं कर पाता था और पत्नी की स्वच्छन्दता से उसके आत्मानुमोदन को चोट भी पहुँचती थी। फलतः वह अपने परिवेश को दो रूपों में खण्डित देखता था। मेनिक-पक्ष में वह आधुनिकता का समर्थक बन रूढ़िवादिता का तिरस्कार और उदासी-पक्ष में रूढ़िवादी परम्परा के सामने आत्मनिवेदन करता था। अगर युवक में आत्मानुमोदन और आत्मनिवेदन की प्रवृत्तियों में उचित सहयोग और सशोधन होता रहता तो वे दोनों प्रवृत्तियाँ उसे उस सीमा तक न ले जा सकती जिसकी अभिव्यक्ति बाद में मेनिक-उदासी द्वारा होने लगी थी।

नष्टार्तवकालीन मेलन्कोलिया

रागात्मक साइकोसिस के अन्य रूप को नष्टार्तवकालीन मेलन्कोलिया (Involutional melancholia) कहा जाता है। इस साइकोसिस को नष्टार्तवकालीन इसलिए कहा जाता है क्योंकि यह नष्टार्तवकाल में आन्तरिक शारीरिक अगो और ग्लैंडीय क्रियाओं में परिवर्तन होने पर प्रकट होता है। यह साइकोसिस स्त्रियों में नष्टार्तव (menopause) के समय से प्रकट होता है और सामान्यतः स्त्रियों में ही अधिक मिलता है। किन्तु कुछ पुरुषों में भी ५०-५५ की आयु तक आन्तरिक शारीरिक अगो और ग्लैंडीय क्रियाओं में परिवर्तन हो जाने से नष्टार्तवकालीन-मेलन्कोलिया से मिलते-जुलते लक्षण मिलते हैं, इसलिए पुरुषों में पाए जाने वाले उन लक्षणों को भी नष्टार्तवकालीन मेलन्कोलिया की सजा दे दी जाती है।

सामान्य लक्षण—कुछ अधिकारी मेलन्कोलिया को मेनिक-उदासी का ही एक प्रकार मानते हैं। मेलन्कोलिया के रोगी में मेनिक-उदासी की भाँति कभी-कभी उद्दीपन और उदासी दोनों पाई जाती हैं। ऐसी मेलन्कोलिया को उद्दीप्त-उदासी (agitated depression) नाम से भी सम्बोधित किया जाता है। उद्दीप्त-उदासी की अभिव्यक्ति हठभरी मानसिक या शारीरिक पीड़ा, बेचैनी, हावों को ऐँठने या विलाप करने के रूपों से होती है। ऐसी अवस्था

में हठभ्रम (delusion) की तीव्रता लिए हुए काल्पनिक बीमारियों के विचार आते हैं। रोगी को लगता है कि उसका शरीर अन्दर से गल या सड़ रहा है, खोपड़ी के अन्दर कुछ नहीं रह गया है, आदि।

यदि रोगी नष्टार्तव काल के पहले मेनिक-उदासी-ग्रस्त रह चुका हो तो उसे मेलन्कोलिया का रोगी नहीं माना जाता। मेलन्कोलिया के रोगी की प्रतिक्रियाएँ आत्म-प्रताडना के रूप की होती हैं। वह निस्सहाय होने से सहायता तो चाहता है किन्तु यह भी जिद करता है कि वह लाइलाज है और रोग से बच सकने को असम्भव समझता है। वह समझता है कि उसने कोई भयकर पाप किया है जिससे जिस व्यक्ति पर उसकी छाया पड़ेगी उसका अनिष्ट होकर ही रहेगा। उसे लग सकता है कि यम उसे लेने आ रहा है या लोग उसे श्मशान ले जाने की तैयारी कर रहे हैं। ऐसे विचार रोगी को मतिभ्रम (hallucination) में डाल देते हैं जिससे उसे यम का फदा दिखाई देने लगता है और श्मशान ले जाने वालों की कानाफूसी सुनाई पड़ने लगती है। इस तरह के लक्षण सब रोगियों में तो नहीं मिलते किन्तु सामान्यतः कुछ इसी ढंग की विशेषताएँ मेलन्कोलिया के प्रत्येक रोगी में मिलती हैं।

व्याख्या—मेलन्कोलिया का कारण नष्टार्तव काल में होने वाले आन्तरिक शारीरिक अगो और ग्लैंडों की क्रियाओं में परिवर्तन होने से तो होता ही है किन्तु मेलन्कोलिया के मनोजन्य कारण भी हो सकते हैं। मेलन्कोलिया के पीछे अक्सर कोई विगत दुःखद अनुभव या असफलता पाई जाती है। नष्टार्तव का समय आने पर प्रजनन शक्ति समाप्तप्राय हो जाती है और व्यक्ति वृद्धावस्था और अपना अन्त हो जाने के विचारों से खिन्नमन बन जाता है। इस खिन्नता के साथ विगत दुःखद अनुभवों की याद आने से वह निस्सहाय, अक्षम, चिड़-चिड़ा और भयभीत सा होता जाता है। रोगी के मन में कुछ अतृप्त कामनाएँ पहले से ही मौजूद रहती हैं और नष्टार्तव काल में अपनी शक्ति का ह्रास और अतृप्त कामनाओं को तृप्त कर पाने की कोई गुंजाइश न देखकर उसे बड़ा धक्का लगता है और उसकी प्रतिक्रियाएँ आत्म-प्रताडना के रूप की हो जाती हैं।

नष्टार्तव-काल बीत जाने और आन्तरिक शारीरिक अगो में परिवर्तन हो चुकने के बाद अगर व्यक्ति अपने को वृद्धावस्था आदि की आगामी स्थितियों के प्रति सतुलित कर ले और परिस्थितियों अनुसार अपनी नई रुचि बना ले तो मेलन्कोलिया मिट जाता है। इलाज के बिना यह रोग महीनों तक बना रह सकता है और कुछ रोगी कभी ठीक नहीं हो पाते। उदासी के अन्य रोगों की भाँति मेलन्कोलिया में भी इस बात का बड़ा डर रहता है कि रोगी कहीं

आत्महत्या न कर ले और इसलिए रोगी की देखभाल में बड़ा सावधान रहने की जरूरत पड़ती है ।

पैरानोइया

सामान्य रूप से कार्यात्मक साइकोसिसो का कारण रागात्मक कठिनाइयो को ही समझा जाता है । किन्तु कार्यात्मक साइकोसिसो में ज्ञानात्मक कठिनाइयो का भी महत्वपूर्ण स्थान रहता है । ज्ञानात्मक कठिनाइयो के कारण व्यक्ति के प्रकृत चिंतन की दिशा बदल जाती है । पैरानोइया (Paranoia) ज्ञानात्मक कठिनाइयो से उत्पन्न होने वाला साइकोसिस होता है । पैरानोइया शब्द यूनानी भाषा के जिन दो शब्दों (para = उप + noein = विचार करना) से मिलकर बना है उनका अर्थ होता है प्रकृत विचारधारा के साथ व्यक्ति के व्यवहार को प्रभावित और संचालित करने वाली एक अन्य उप-विचारधारा का बन जाना । पैरानोइया साइकोसिस में जो उप-विचारधारा बनती है वह हठभ्रमो (delusions) पर आधारित होती है । इसलिए पैरानोइया को ठीक से समझने के लिए हठभ्रम क्या होते हैं और कैसे बनते हैं पहले इस पर विचार कर लेना आवश्यक है ।

विश्वास और हठभ्रम—यह एक सामान्य सी धारणा है कि हमारे विश्वास प्रत्यक्ष के आधार पर बनते हैं और हमें वस्तुओं का प्रत्यक्ष वैसे ही होता है जैसी कि वे वस्तुतः होती हैं । किन्तु यह धारणा गलत है । मनुष्य के ज्ञानात्मक पक्ष पर उसके उद्देश्यों और रागात्मक अनुभवों का निश्चयात्मक प्रभाव पड़ता है । किसी प्रबल इच्छा, उद्देश्य या रागात्मक अनुभव के वशीभूत होने पर मनुष्य स्थिति का प्रत्यक्ष ठीक से नहीं कर पाता । प्यासे आदमी को रेगिस्तान की मृगमरीचिका में पानी दिखाई देता है । प्रेमी को अपनी प्रेमिका की हर बात में कोई न कोई खूबी दिखाई पड़ती है । अगर हमारे अन्दर कोई प्रबल संचारीभावात्मक उद्देश्य जाग्रत हो जाय तो वह अन्य मानसिक क्रियाओं का सापेक्षीकरण इस ढंग से कर देता है जिससे वे उस उद्देश्य के अनुकूल विचारधारा से समन्वित हो जाती हैं । ऐसा होने से व्यक्ति किसी स्थिति के कुछ पक्षों को तो देखता है और कुछ की उपेक्षा करता है । इस पक्षपातपूर्ण प्रत्यक्ष से उसके निश्चय और विश्वास भी पक्षपातपूर्ण बन जाते हैं । स्पष्ट है कि ज्ञानात्मक पक्ष पर रागात्मकता का प्रभाव पड़ने से हमारे अधिकांश विश्वास हमारी प्रबल इच्छाओं और संचारीभावों से निर्धारित हो जाते हैं । हम जो कुछ विश्वास करते हैं उसे स्वीकार भी करते हैं । विश्वास करना स्वीकार करने का ही दूसरा नाम होता है ।

प्रबल इच्छा और रागात्मकता के प्रभाव से बन गए मिथ्या विश्वासों को हठभ्रम (delusions) कहा जाता है। हठभ्रमों की विशेषता यह होती है कि उन्हें किसी भी प्रकार के तर्क या प्रत्यक्ष प्रमाण द्वारा सशोधित नहीं किया जा सकता। हठभ्रम रखने वाला व्यक्ति अपने विश्वासों और विचार-धारा को अखण्डनीय समझता है। किन्तु हठभ्रम मात्र से ही किसी व्यक्ति का व्यवहार अप्रकृत नहीं बन जाता। हम सब हठभ्रमात्मक चिंतन के शिकार होते हैं। अपने को आर्यों की सन्तान मानकर एक विचित्र प्रकार की श्रेष्ठता का अनुभव करना या अपनी सस्कृति को अन्य सस्कृतियों से अच्छा समझना हठभ्रमात्मक चिंतन के उदाहरण हैं। हठभ्रमात्मक चिंतन अप्रकृत तब होता है जब पर्याप्त विरोधी प्रमाणों से भी उसका सशोधन न हो सके।

हठभ्रमों को अप्रकृत कहने की एक कसौटी और भी है जिसके अनुसार व्यक्ति के सामाजिक-बौद्धिक स्तर के प्रसंग से ही उसके हठभ्रमों को अप्रकृत कहा जा सकता है। एक शिक्षित परिवार का व्यक्ति अगर जमीन को चपटी माने तो उसका यह हठभ्रम अप्रकृत होगा किन्तु भील जाति के व्यक्ति के लिए जमीन को चपटी मानना अप्रकृत हठभ्रम नहीं होगा। हठभ्रम जब सामाजिक अन्तर्क्रियाओं से बनते हैं तो उन्हें अप्रकृत नहीं कहा जा सकता। अप्रकृत हठभ्रम वे होते हैं जिनके बनने का आधार व्यक्ति की सामाजिक-बौद्धिक पृष्ठभूमि न होकर उसकी कोई बलवती रागात्मक इच्छा या अनुभव होता है।

हठभ्रमों का वर्गीकरण—हठभ्रम अनेक प्रकार के हो सकते हैं इसलिए उनका वर्गीकरण अनेक दृष्टिकोणों से किया जा सकता है। व्यक्ति के हठभ्रम अपने शरीर, मनस् या बाह्य जगत् के प्रति हो सकते हैं। हठभ्रम अगर अपने ही शरीर के विषय में हो तो उसे शरीर-प्रसगी (somatopsychic) हठभ्रम कहा जाता है। शरीर-प्रसगी हठभ्रम में व्यक्ति यह समझता है कि उसके शरीर का कोई अंग (हृदय, फेफड़े या पेट) आदि है ही नहीं। हठभ्रम जब अपने ही मनस् के प्रति होता है तो उसे मनस्-प्रसगी (autopsychic) हठभ्रम कहा जाता है। मनस्-प्रसगी हठभ्रम में व्यक्ति यह समझता है कि वह ससार का सबसे बड़ा कवि, साहित्यकार, विज्ञानी या आविष्कारक है। बाह्य-जगत् के प्रति होने वाले हठभ्रमों को जगत्-प्रसगी (allopsychic) हठभ्रम कहा जाता है। जगत्-प्रसगी हठभ्रम में व्यक्ति को कुछ विचित्र से विश्वास हो जाते हैं जैसे 'लगातार धूमने' का विश्वास या यह विश्वास कि 'मेरे बच्चे मर चुके हैं क्योंकि युद्ध के लिए उन्हें सेना में भरती कर लिया गया है', चाहे वे सही सलामत ही क्यों न हों।

हठभ्रमों का वर्गीकरण राग और तत्सम्बन्धी प्रेरणा के दृष्टिकोण से भी किया जा सकता है। इस दृष्टिकोण से हठभ्रम तीन कोटि के हो सकते हैं :

महानता-हठभ्रम, अभियोग-हठभ्रम और सदर्भ-हठभ्रम । महानता-हठभ्रम (delusion of grandeur) में व्यक्ति अपने आप को कोई तत्कालीन महान् व्यक्ति जैसे देश का कर्णधार या ईश्वर का अवतार या पैगम्बर आदि समझने लग जाता है । अभियोग-हठभ्रम (delusion of persecution) में व्यक्ति को यह पक्का विश्वास हो जाता है कि कोई सस्था, सरकार या कुछ लोग उसका विनाश करने के लिए उसके विरुद्ध षडयन्त्र रच रहे हैं । अपने ऐसे विश्वास के अनुसार वह दैनिक जीवन की साधारण घटनाओं की गलत व्याख्या करने लग जाता है । गलत व्याख्या करने की मनोवृत्ति बन जाने से उसे सदर्भ-हठभ्रम (delusions of reference) होने लगते हैं । वह दूसरों की बातचीत, कानाफूसी, हावभाव प्रदर्शन का विषय हर समय अपने को ही समझने लगता है । वह अन्य लोगों की निरर्थक और महत्वहीन बातों और मुद्राओं के पीछे गूढ़ रहस्य और बड़े बड़े षडयन्त्र ढूँढने में लगा रहता है । उसकी भ्रात व्याख्याओं के पीछे उसकी सन्देहात्मक मनोवृत्ति का जो हाथ रहता है उसे वह बिल्कुल नहीं जान पाता । कठिनाइयाँ ढूँढने के प्रति अपना विन्यास बना लेने से उसे कठिनाइयाँ हर जगह आसानी से मिल जाती हैं । कोई कोई रोगी तो अपने अभियोगियों (१) के प्रति खुला विद्रोह भी कर बैठते हैं या उन्हें जान से मार डालने पर उतारू हो जाते हैं या उनसे बदला लेने के लिए बड़ी सतर्कता से कोई चाल भी चल जाते हैं और कभी कभी सफल भी हो जाते हैं ।

हठभ्रमों का वर्गीकरण उनकी सगति (coherency) के दृष्टिकोण से किया जा सकता है जो पैरानोइया को समझने के लिए अत्यन्त महत्व का है । सगति के दृष्टिकोण से हठभ्रम या तो व्यवस्थित (systematic) होते हैं या अव्यवस्थित । व्यवस्थित हठभ्रम में पहले एक केन्द्रीय विश्वास बन जाता है और बाद में रोगी के अन्य सब विचार और गौण विश्वास उसके केन्द्रीय विश्वास से समन्वित हो जाते हैं । अगर रोगी में अभियोग-हठभ्रम एक केन्द्रीय विश्वास बन जाय तो उसके परिवेश में होने वाली प्रत्येक घटना अभियोग-हठभ्रम के केन्द्रीय विश्वास से समन्वित होने लगेगी । वह अपने विरुद्ध रचे गए षडयन्त्र में अपने घर के लोगों और साथियों का हाथ समझने लगेगा । अस्पताल के किसी कर्मचारी या डाक्टर पर षडयन्त्रकारी दल का सहयोगी होने का सन्देह करेगा । खाना पमन्द न आने पर उसे यह समझते देर नहीं लगेगी कि उसे जहर देने की कोशिश की गई है । इसी प्रकार दैनिक जीवन की प्रत्येक महत्वहीन और निरर्थक छोटी से छोटी घटना भी रोगी के अभियोग हठभ्रम पर आधारित केन्द्रीय विश्वास से समन्वित होने लगेगी । व्यवस्थित

हठभ्रम का पता लगाना आसान काम नहीं होता। उसके लिए रोगी के पूर्व इतिहास का अध्ययन बड़ी गहराई और सावधानी से करने की जरूरत पड़ती है, नहीं तो ऊपरी दृष्टि से रोगी का व्यवहार बिल्कुल प्रकृत मालूम होता है। अव्यवस्थित हठभ्रमों में रोगी का कोई केन्द्रीय विश्वास नहीं होता और विभिन्न विश्वासों और विचारों में कोई सगति भी नहीं होती।

पैरानोइया के लक्षण—पैरानोइया साइकोसिस में रोगी का व्यवहार कुछ हठभ्रमों से संचालित होने लगता है, विशेषकर महानता-हठभ्रम और अभियोग-हठभ्रम से। दोनों हठभ्रम एक दूसरे को पुनर्शक्त करते रहते हैं और अभियोग-हठभ्रम, जैसा कि ऊपर दिखाया जा चुका है, सदर्भ-हठभ्रम (delusion of reference) को पैदा कर देता है। पैरानोइया के हठभ्रम व्यवस्थित होते हैं और अगर रोगी के हठभ्रमों में कोई बाधा न पड़े तो ऊपर से देखने में उसका व्यवहार बिल्कुल प्रकृत लगता है। रोगी को न तो मतिभ्रम (hallucinations) होते हैं और न उसके रागात्मक पक्ष में कोई व्यवधान ही पड़ता है। वह अपने दैनिक कामों को प्रकृत व्यक्ति के समान करता रहता है। अन्तर केवल इतना ही होता है कि पैरानोइया के रोगी में प्रकृत व्यक्ति की भाँति अपने हठभ्रमों को समझ सकने की अन्तर्दृष्टि नहीं होती। जिस रोगी के हठभ्रम व्यवस्थित न हो कर अव्यवस्थित होते हैं वह सही अर्थ में पैरानोइया का रोगी नहीं होता। उसके मानसिक विकार को स्काइजोफ्रीनिक (schizophrenic) वर्ग या पैरानोइड (paranoid) व्यक्तित्व के अन्तर्गत माना जाता है।

यूजीन ब्लायर द्वारा प्रस्तुत एक केस देखिए कि पैरानोइया के रोगी को अगर यह विश्वास हो जाय कि उसके साथ अन्याय हुआ है तो वह उस अन्याय का बदला लेने के लिए क्या कर सकता है।

केस २२—१९१३ की ३ और ४ सितम्बर की रातों में उनता-लिस वर्षीय वाग्नर नामक एक स्कूल के प्रधानाध्यापक ने अपने चार वन्चों और पत्नी की हत्या कर डाली जबकि वे सो रहे थे। दूसरी रात को उसने पास के गाँव के कई मकानों में आग लगा दी जहाँ वह पहले अध्यापक रह चुका था। उसने गाँव के लोगों पर गोली भी चलाई जिससे नौ आदमी मर गए और ग्यारह बुरी तरह घायल हुए। वाग्नर वचन से ही महत्वाकांक्षी और मिथ्याभिमानी था जिससे वह बात-बात में अपना अपमान होते देखता था। उसने ससार का सुधार करने के लिए कार्यात्मक योजनाएँ बनाई थी। उसकी मँथुनेच्छा बड़ी प्रबल

थी और वह 'दाम्पत्य सम्बन्ध' के प्रति विमुख रहता था। उसमें पितृ-भाव नहीं के बराबर था यद्यपि वह अपने बच्चों से साधारण व्यक्तियों की भाँति प्रेम करता था।

उसने कई वर्ष तक अपनी सजातीय-मैथुन-प्रवृत्ति (homo-sexual trend) से सघर्ष किया था जिसके परिणाम स्वरूप उसकी आत्मश्रेष्ठता (self-esteem) को बड़ा गहरा धक्का लगा था। बाद (१९०१) में शराब के नशे के प्रभाव में आकर उसने सजातीय-मैथुन कर डाला था। तब उसे अपने भयंकर पापकर्म का घनिष्ठ अनुभव हुआ और साथ ही उसे तिरस्कृत होने और अपने पकड़ जाने का डर लगने लगा। इससे वह अभियोग-हठभ्रम और सदर्भ-हठभ्रम का शिकार बन गया और यह समझने लगा कि गाँव के लोग उसके पापकर्म को जानते हैं और उसकी चर्चा करते हैं।

अपने पाप अभियोग को उसने अपने परिवार पर प्रक्षेपित कर दिया और वह वाग्जर वंश के सब लोगों को पापी मानकर उन्हें नष्ट कर देना चाहता था। बाद में वह मनुष्य जाति से ही घृणा करने लगा, विशेषकर अपने जिले के सब लोगों से जिन्होंने उसके साथ दुर्व्यवहार किया था। अपने जीवन को निकृष्ट समझकर वह एक ओर तो आत्म-तिरस्कार करता था और दूसरी ओर अपने को महान् कवियों की भाँति एक प्रतिभाशाली व्यक्ति मानकर अपना आदर भी करता था ... १९०२ में दूसरी जगह बदल दिए जाने पर वह छह-सात साल शांत तो रहा किंतु अपने हठभ्रमों को और भी व्यवस्थित बनाता रहा। उसके मन में अपने परिवार को नष्ट कर देने, जिसका कारण वंश-शुद्धि की भावना और करुणा दोनों ही थे, और गाँव में आग लगा कर उसके ढोंगी निवासियों को मिटा देने की योजना तभी से बनने लगी थी . वह अपने जैसे व्यक्ति के लिए कुछ विशेषाधिकार मानता था। अपनी योजना को कार्यान्वित करना उसके लिए अधिकार न होकर एक कर्त्तव्य था। उसकी योजना मानवता के हित के लिए थी। अपनी योजना को कार्यान्वित करने के लिए वह चार साल तक रुका रहा। जब वह बदल कर तीसरी जगह गया और वहाँ के लोगों को भी अपने विषय में चर्चा करते पाया तो उसने अपनी योजना को बड़े ही व्यवस्थित ढंग से कार्यान्वित करना शुरू किया।

उपर्युक्त केस में महानता-हठभ्रम और अभियोग-हठभ्रम दोनों मौजूद हैं। ब्यायर्नर के मत से दोनों प्रकार के हठभ्रम साथ साथ होते हैं। 'पैरानोइया में

सम्भवत ऐसा कोई अभियोग-हठभ्रम नहीं होता जिसके साथ महानता-हठ-भ्रम न हो और प्रत्येक महानता-हठभ्रम के साथ अभियोग-हठभ्रम भी होता है और इस प्रकार उन दोनों का भेद सापेक्षिक हो जाता है.... पैरानोइया में आत्म-श्रेष्ठता की जो भावना होती है वह सम्भवत रोग के उत्पन्न होने की एक अनिवार्य शर्त होती है। किंतु मैं इतना और कहना चाहूँगा कि, पैरानोइया रोग तब तक उत्पन्न नहीं हो सकता जब तक आत्म-श्रेष्ठता की भावना का सम्भवत शमन हो चुकी अक्षमता की भावना से सघर्ष न हो। जिस व्यक्ति में यह आन्तरिक सघर्ष नहीं होता उसे अभियोग-हठभ्रम नहीं हो सकता और वह वास्तविकता से अपना सम्बन्ध-विच्छेद करने की शक्ति भी सम्भवत उत्पन्न नहीं कर सकता।”

पैरानोइड (paranoid) व्यक्तित्व—व्यवस्थित हठभ्रम का शिकार होते हुए भी व्यक्ति वास्तविकता से सक्रिय सम्बन्ध रख सकता है और अपना काम सुचारु ढंग से चला सकता है। पैरानोइया का रोगी अपने हठभ्रमों से निर्धारित मनोवृत्ति से कभी मुक्त नहीं हो पाता। अगर कोई रोगी हठभ्रम-निर्धारित मनोवृत्ति से मुक्त हो जाता है तो उसे पैरानोइया का रोगी न कहकर उसके व्यक्तित्व को पैरानोइड कहा जाता है। पैरानोइड (paranoid) व्यक्तित्व के हठभ्रम पैरानोइया की भाँति स्थायी नहीं होते और जब व्यक्ति अपने विश्वासों की असत्यता को जान लेता है तो वह अपने हठभ्रमात्मक दृष्टिकोण से मुक्त हो जाता है। पैरानोइड अवस्था सामान्यतः ३५ से ५५ साल तक की आयु के बीच ज्यादा पाई जाती है। पैरानोइड व्यक्ति बहुत सवेदनशील, अतिशय गम्भीर और विचित्र प्रकार के विश्वासों और सामाजिक सुधारों का सक्रिय समर्थक होता है। ऐसा व्यक्ति दूसरों को अपना प्रतिद्वन्दी समझकर उनके प्रति कुभावनाएँ रखता है, चिड़चिड़ेपन से वाद-विवाद में उलझता है और उसका व्यवहार सामान्यतः आक्रामक सा होता है। पैरानोइड व्यक्ति दूसरों पर दोषारोपण करता है और उनसे शत्रु-भाव रखता है। पैरानोइड व्यक्ति की इन विशेषताओं का वर्गीकरण साइकोसिसों के अन्तर्गत नहीं किया जाता यद्यपि साइकोसिस के रोगियों का व्यक्तित्व पैरानोइड विशेषताओं को लिए हुए होता है। नीचे पैरानोइड व्यक्तित्व का एक उदाहरण दिया जा रहा है।

केस २३—पैंतीस साल का एक अविवाहित व्यक्ति एक स्कूल में अध्यापक था। उसके साथियों को उसके व्यवहार से कोई विशेष असन्तोष नहीं था। वह शांत रहता था और अपना काम नियमित ढंग से करता था। विद्यार्थी उसे नीरस और रहस्यमय समझते थे। वह

अकेला रहता था और किसी से घनिष्ठता बढ़ाना नहीं चाहता था। उसके साथी उसकी इस मनोवृत्ति को उसके सकोचशील स्वभाव का परिणाम समझते थे और इसीलिए उसे छेड़ते भी नहीं थे। स्कूल में वह एक कुशल अध्यापक समझा जाता था। कुछ समय बाद उसके व्यवहार के बारे में कुछ विलक्षण बातें फैलना शुरू हो गईं। वह विद्यार्थियों से अपनी अध्यापन-कुशलता के बारे में उन लोगों को पत्र लिखने को कहता था 'जिन्हें उनसे मतलब हो।' अन्त में उसके विचित्र व्यवहार से स्कूल में अशांति फैलने लगी। जब उसे स्कूल से हटाए जाने की सूचना मिली तो वह जो सदा शांत रहने वाला व्यक्ति था स्कूल के प्रबन्धक पर बुरी तरह उबल पड़ा। प्रत्युत्तर में उसने कहा कि उसे हटाने का पडयन्त्र इसलिए रचा जा रहा है कि लोग उसकी विद्वता को देखकर जलते हैं। अपने साथियों में निभ न पाने की कठिनाई, दूसरों के प्रति व्यवहार करने में सतर्क रहना और विद्यार्थियों से अपनी प्रशंसा के पत्र लिखवाना उसके पैरानोइड स्वभाव के परिचायक थे।

पैरानोइया और पैरानोइड व्यक्तित्व की व्याख्या—पैरानोइया को पैरानोइड व्यक्तित्व का ही तीव्र रूप मानना चाहिए या नहीं यह एक विवाद-ग्रस्त प्रश्न है क्योंकि अभी तक पैरानोइया के कारणों की कोई मान्य व्याख्या नहीं हो सकी है। पैरानोइड व्यवहार के सम्भाव्य कारणों पर फ्रायट ने कुछ प्रकाश अवश्य डाला है। फ्रायट के अनुसार पैरानोइड व्यक्ति में अचेतन सजातीय-मैथुन (homosexual) प्रवृत्ति होती है जो आत्म-तिरस्कार की भावना को पैदा करती है। पैरानोइड व्यवहार के पीछे जो हठभ्रम होते हैं वे सजातीय-मैथुन-प्रवृत्ति जन्य आत्म-तिरस्कार की भावना से बचने का रक्षात्मक उपाय (defence mechanisms) होते हैं। पैरानोइड व्यक्ति अट्ठात्मक-प्रतिक्रियाओं द्वारा अपनी ही सजातीय-मैथुन-प्रवृत्ति का तिरस्कार नहीं करता किंतु दूसरों की वैसी ही प्रवृत्ति का घोर विरोधी बन जाता है। वह अपनी अचेतन सजातीय-मैथुनेच्छा के प्रति जो तिरस्कार-भावना रखता है उनका प्रक्षेपण (projection) दूसरों पर भी करता है। पैरानोइड व्यक्ति का अधिकांश व्यवहार प्रक्षेपण मात्र होता है। फ्रायट ने पैरानोइया की यह व्याख्या अपने रोगियों के केस-इतिहास के आधार पर की है। किन्तु यह विवादग्रस्त है कि यह व्याख्या सभी रोगियों पर लागू हो सकती है या नहीं। सजातीय-मैथुनेच्छा के अतिरिक्त रक्षात्मक उपायों को उद्बुद्ध करने वाले अन्य प्रेरणों भी पैरानोइया के कारण बन सकते हैं। अधिक धनवान या अविश्वसनीय बनने की इच्छा या कोई अन्य प्रबल कामना अगर किसी व्यक्ति द्वारा ग्रहण कर

लिए गए मूल्यों की विरोधी बन जाय तो वह व्यक्ति अपने मूल्यों की रक्षा करने के लिए रक्षात्मक उपायो का महारा ले सकता है।

पैरानोइया में व्यक्ति के स्थायीभाव (sentiments), प्रवृत्तियाँ और आत्मनिर्धारण प्रारम्भ से ही स्थायी और कठोर हो जाते हैं जिससे बाद में उनमें समाज सापेक्ष सशोधन नहीं हो पाते। उनकी कठोरता के पीछे प्रायः आनुवंशिक आधार भी होता है। ऐसा व्यक्ति वचन में ही अपने जातीय-संस्कारों का गुलाम बन जाता है क्योंकि वह अपने उन संस्कारों की शक्ति का पुनर्व्यवस्थापन नहीं कर पाता। जातीय-संस्कारों का गुलाम बन जाने से अन्य सामाजिक उद्देश्यों का गमन (repression) हो जाता है। सामाजिक उद्देश्यों का गमन हो जाने से व्यक्ति अन्य लोगों से शिष्ट और समाज-सापेक्ष व्यवहार नहीं कर पाता। किंतु जातीय-संस्कारों की कठोरता और गमन हो चुके सामाजिक उद्देश्यों में द्वन्द होता है और तब सामाजिक उद्देश्यों को दवाने के लिए ईगो व्यक्ति से दूसरों के प्रति अमैत्रीपूर्ण व्यवहार करवाता है। किंतु यह अमैत्रीपूर्ण व्यवहार व्यक्ति के ईगो के लिए सहनीय नहीं होता इसलिए व्यक्ति अपने को उस अमैत्रीपूर्ण व्यवहार के दायित्व में बचाने के लिए उसका प्रक्षेपण दूसरे लोगों पर करता है। प्रक्षेपण करने में वह यह समझने लगता है कि दूसरे लोग उसके प्रति अमैत्री रखते हैं जबकि वास्तव में वह अमैत्री उसके अन्दर होने वाले जातीय और सामाजिक उद्देश्यों के द्वन्द का परिणाम होती है। व्यक्ति के जो विश्वास अत्यन्त कटु और दुःखद होते हैं वह कुछ अन्य स्थानापन्न विश्वासों का हठभ्रमात्मक रूप ले लेते हैं। इस प्रकार पैरानोइया के रोगी की प्रतिक्रियाएँ आत्म-प्रताड़ना का हठभ्रमात्मक प्रक्षेपण होती हैं।

कार्यात्मक साइकोसिस (२)

स्काइजोफ्रीनिया

कार्यात्मक साइकोसिस के एक बहुत पाए जाने वाले रूप को ब्लायर ने स्काइजोफ्रीनिया (Schizophrenia) नाम दिया है । स्काइजोफ्रीनिया शब्द यूनानी भाषा के जिन दो शब्दों (schizein = विच्छेद + phren = मनस्) से मिलकर बना है उनका अर्थ होता है मानसिक विच्छेद । ब्लायर के पहले क्रेपेलिन ने स्काइजोफ्रीनिया से सम्बोधित साइकोसिस को डिमेन्शिया प्रीकाक्स (dementia praecox) नाम दिया था । प्रीकाक्स (praecox) शब्द का अर्थ होता है प्रारम्भिक अवस्था में प्रकट होने वाला और डिमेन्शिया (dementia) का अर्थ होता है अनिवार्य अन्तिम परिणाम । क्रेपेलिन ने डिमेन्शिया प्रीकाक्स को शरीरजन्य (physiogenic) साइकोसिस माना था । उसके अनुसार डिमेन्शिया प्रीकाक्स के लक्षण किसी आंगिक (organic) दोष के कारण जीवन के प्रारम्भ से ही प्रकट होने लगते हैं और बाद में पूरी तरह से विकसित होकर स्थायी बन जाते हैं । इस प्रकार डिमेन्शिया प्रीकाक्स एक ऐसा साइकोसिस होता है जिसके चिह्न बचपन में प्रकट होने लगते हैं और जिनके मार्ग को पहले से ही समझा जा सकता है ।

किन्तु ब्लायर ने डिमेन्शिया प्रीकाक्स के ऐसे केसों को भी देखा जिनके लक्षण बचपन में प्रकट नहीं होते थे और लक्षणों के होने पर भी बाद में उनका कोई अनिवार्य अन्तिम परिणाम नहीं होता था । इसलिए ब्लायर ने क्रेपेलिन के डिमेन्शिया प्रीकाक्स नाम को अनावश्यक समझकर स्काइजोफ्रीनिया नाम को ज्यादा उपयुक्त समझा और स्काइजोफ्रीनिया साइकोसिस को मनोजन्य (psychogenic) माना । स्काइजोफ्रीनिया किसी विशिष्ट साइकोसिस का नाम न होकर उन नए लक्षणों के समूह का बोधक होता है जिसे स्काइजोफ्रीनिक विवेचन द्वारा बताया जाना है । स्काइजोफ्रीनिया को कोई स्थायी साइकोसिस न समझकर आन्तरिक कठिनाइयों के प्रति की जाने वाली प्रतिक्रियाओं की विभिन्नता समझना चाहिए । उन्हीं में ब्लायर ने स्काइजोफ्रीनिया शब्द का बहुवचन में प्रयुक्त किया है ।

स्काइजोफीनिया को समझना जरा मुश्किल होता है। मेनिक-उदासी, पैरानोइया आदि साइकोसिसो को समझना इसलिए आसान होता है क्योंकि वे हमारे अनुभव के ज्यादा निकट होते हैं। हम सभी को उत्फुल्लता, उदासी और हठभ्रमो का व्यक्तिगत अनुभव कभी न कभी अवश्य होता है और हम अपने उन क्षणिक अनुभवो के अतिरिक्त हो जाने की कल्पना करके मेनिक-उदासी, पैरानोइया आदि साइकोसिसो को आसानी से समझ सकते हैं। किंतु स्काइजोफीनिया साइकोसिस को पूर्ण अनुभव के आधार पर नहीं समझा जा सकता। स्काइजोफीनिया (Schizophrenia) के रोगी के व्यवहार में कुछ ऐसी असंगति, कुछ ऐसी विलक्षणता होती है जिसका अनुभव हम सबको पहले कभी भी नहीं होता। स्काइजोफीनिया के रोगी के व्यवहार को देखने पर हमें कुछ वैसा ही अनुभव होगा जैसा पानी को ऊँचाई की ओर बहते देखकर हो सकता है।

स्काइजोफीनिया और बहु-व्यक्तित्व—मानसिक विच्छेद स्काइजोफीनिया की भाँति बहु-व्यक्तित्व (Multiple-personality) में भी होता है। किंतु दोनों में बड़ा अन्तर है। स्काइजोफीनिया में होने वाले मानसिक विच्छेद के कारण रोगी का सम्पर्क बाह्य जगत से टूट जाता है। वह हठभ्रमो और मतिभ्रमो से निर्मित अपने मानसिक जगत में रहने लगता है और अपने हठभ्रमो और मतिभ्रमो को वास्तविक समझता है। बहुव्यक्तित्व में विच्छेद के कारण मुख्य व्यक्तित्व के साथ-साथ अन्य गौण व्यक्तित्व बन जाते हैं किन्तु बाह्य जगत से उनका सम्पर्क नहीं टूटता। जिस समय जिस व्यक्तित्व की प्रधानता होती है बाह्य जगत का अनुभव व्यक्ति को उसी व्यक्तित्व के अनुसार होता है और उस अनुभव के पीछे मतिभ्रम या हठभ्रम नहीं होते। बहु-व्यक्तित्व की मुख्य विशेषता यह होती है कि एक व्यक्तित्व की प्रधानता होने पर व्यक्ति दूसरे व्यक्तित्वो के अनुभव को विल्कुल भूल जाता है। पूर्व अनुभव को विल्कुल भूल जाना हिस्टीरिक विघटन (hysteric dissociation) का अनिवार्य परिणाम होता है इसलिए बहुव्यक्तित्व (और इसी कारण सोमनैम्बुलिज्म भी) हिस्टीरिया के अन्तर्गत आने वाला साइकोन्यूरोसिस का एक रूप होता है। स्काइजोफीनिया में होने वाले मानसिक विच्छेद के कारण रोगी अपने पूर्व अनुभव को नहीं भूलता क्योंकि उसके मानसिक विच्छेद का कारण हिस्टीरिक विघटन न होकर रोगी के हठभ्रम और मतिभ्रम होते हैं जो उसके मानसिक और बाह्य जगत में व्यवधान डाल देते हैं। इसी से स्काइजोफीनिया कार्यात्मक साइकोसिस का रूप होता है।

स्काइजोफ्रीनिया के सामान्य लक्षण—स्काइजोफ्रीनिया के रोगियों के व्यवहार में नितान्त रागात्मक अभाव पाया जाता है। प्रकृत व्यवहार में व्यक्ति की प्रतीकात्मक क्रियाओं और रागात्मकता में जो स्वाभाविकता होती है उसका स्काइजोफ्रीनिया के रोगियों में नितान्त अभाव होता है। बहुत से मनोचिकित्सक इस रागात्मक अभाव को ही स्काइजोफ्रीनिया का प्रमुख लक्षण मानते हैं। यद्यपि स्काइजोफ्रीनिया के रोगियों के व्यवहार का ढंग बिल्कुल अलग-अलग हो सकता है किन्तु उन सबके व्यवहार में रागात्मकता का नितान्त अभाव अवश्य मिलता है। कोई रोगी महीनों तक कमरे के कोने में बैठा रह सकता है और अगर आप उससे बात करने की चेष्टा करें तो वह आपकी ओर एक नजर डालकर फिर उसी ओर देखने लगेगा जिधर पहले देख रहा था। किसी-किसी रोगी को अन्य लोगों की उपस्थिति तक का कोई आभास नहीं होता। कुछ रोगी कमरे में चक्कर काटते रहते हैं या बैठे बैठे बेमतलब मुस्कराते या अपने आप से बातचीत करते रहते हैं। कुछ रोगी चिकित्सक से बातचीत तो करते हैं लेकिन उनकी बातचीत में कोई रागात्मकता नहीं होती। कुछ रोगी ऐसे होते हैं जो अपने दैनिक काम पूर्ववत् करते रहते हैं और उन्हें देखकर उनके अप्रकृत होने का अनुमान नहीं किया जा सकता। ऐसे रोगियों का व्यवहार अप्रकृत तब लगता है जब उनके अतीत और वर्तमान की तुलना की जाती है। ऐसे रोगियों को अपने बाल-बच्चों या घर के लोगों की कोई परवाह या चिंता नहीं होती। उनकी रागात्मक रुचि अपने परिवार के किसी सदस्य के प्रति बिल्कुल नहीं रह जाती।

स्काइजोफ्रीनिया (Schizophrenia) विकार का दूसरा सामान्य लक्षण ज्ञानात्मक-रागात्मक-प्रतिक्रियात्मक पक्ष में प्रकृत सगठन और सम्बन्ध का विच्छेद होता है। इस विच्छेद को इंट्रासाइकिक ऐटेक्सिया (intra-psychic ataxia) कहा जाता है। इसी विच्छेद पर जोर देने के लिए व्नायलर ने डिमेन्शिया प्रीकाक्स की अपेक्षा स्काइजोफ्रीनिया शब्द को अधिक उपयुक्त माना है। इंट्रासाइकिक ऐटेक्सिया के कारण स्काइजोफ्रीनिया का रोगी अपनी प्रतीकात्मक क्रियाओं को वास्तविक घटनाएँ समझने लगता है। प्रकृत व्यक्ति की प्रतीकात्मक क्रियाएँ बाह्य जगत की वास्तविकता में नियंत्रित होती हैं किन्तु स्काइजोफ्रीनिया के रोगी की नियंत्रित नहीं होती जिससे वह वास्तविकता में पलायन करके अपने मानसिक जगत में खो जाता है। अगर रोगी कोई प्रकृत व्यवहार न करे तो इंट्रासाइकिक ऐटेक्सिया का पता नहीं चल पाता किन्तु प्रकृत व्यवहार में पता चल जाता है। बातचीत करते समय रोगी की मननशक्ति या तो में एकाचिन्तन प्रणाली की भाव-शून्यता होती है

जिससे यह जानते देर नहीं लगती कि वह कह तो कुछ रहा है और मान कुछ और ही रहा है ।

स्काइजोफ्रीनिया का एक अन्य लक्षण विकृत चिंतन होता है । मनोविज्ञानी बेक ने अपनी खोजों से यह मालूम किया है कि स्काइजोफ्रीनिया के रोगी का चिंतन उसकी सृजनात्मक कल्पना का परिणाम न होकर विकारात्मक सजा करने का परिणाम होता है । विकारात्मक सजा करने का आधार रोगी के हठभ्रम और मतिभ्रम होते हैं । कोई रोगी यह समझता है कि वह गुप्तचर विभाग का अध्यक्ष है और उसे मानसिक चिकित्सालय में यह पता लगाने को भेजा गया है कि चिकित्सालय के कर्मचारी पैसा बनाने के लिए कहीं दवाओं का गबन तो नहीं कर रहे हैं । दूसरा रोगी यह बताता है कि वह उच्च न्यायालय का एक न्यायाधीश है और चिकित्सालय में कुछ भगड़ों का न्याय करने को आया है । मनोविज्ञानी कैमेरन के अनुसार रोगी के तर्क करने का ढग प्रकृत व्यक्ति के ढग से बिल्कुल अलग होता है और रोगी को तर्क करते समय कार्य-कारण सम्बन्ध की कोई परवाह नहीं होती । कुछ रोगी नए शब्द भी गढ़ लेते हैं और कुछ मानसिक विन्यास की अस्थिरता के कारण ऐसी भाषा बोलते हैं जो शब्दों की खिचड़ी मात्र होती है, जैसे “उसने मेरी औरत लेकिन ईश्वर भी क्या मैं कोई परवाह नहीं चाहता कि उसे यह नहीं हो सकता कि मैं पुलिस हुआ ही करता है कौन जाने दुनियाँ क्या-क्या मुझे कौन समझा नहीं दे सकता ।”

कैमेरन के अनुसार रोगियों की इस भाषा विचित्रता के पीछे कोई न कोई अर्थ अवश्य होता है किन्तु रोगी अपना पर्याप्त समाजीकरण न कर सकने से अपने अर्थ को स्पष्ट नहीं कर पाता । प्रकृत व्यक्ति के व्यवहार का पर्याप्त समाजीकरण हो चुकने से वह जिस समय छोटे बच्चे से बात करता है उस समय अपने को बच्चे के स्तर पर लाकर अपनी भाषा बच्चे की समझ के अनुरूप बना लेता है । स्काइजोफ्रीनिया का रोगी समाज की विभिन्न स्थितियों के अनुरूप अपने व्यवहार का समाजीकरण नहीं कर पाता जिससे उसका अपने सामाजिक परिवेश से कोई सक्रिय सम्बन्ध स्थापित नहीं हो पाता और उसकी बातचीत एक निरर्थक प्रलाप लगती है ।

स्काइजोफ्रीनिया के रूप—यह पहले ही कहा जा चुका है कि स्काइजोफ्रीनिया शब्द किसी विशेष मानसिक विकार का नाम न होकर कुछ लक्षणों के समूह का सूचक होता है । यद्यपि स्काइजोफ्रीनिया (Schizophrenia) के हर रोगी में सामान्यतः रागात्मक अभाव, भाषा और चिंतन के अनेक

विकार मिलते हैं किन्तु हर रोगी में व्यक्तिगत भेदों के कारण कुछ और भी विशेष लक्षण पाए जाते हैं। उन विशेष लक्षणों की प्रधानता के आधार पर क्रेपेलिन ने स्काइजोफ्रीनिया का वर्गीकरण छह रूपों में किया था प्रच्छन्न (latent) रूप, साधारण रूप, पैरानोइड (paranoid) रूप, कैटाटोनिक (catatonic) रूप, हीबीफ्रीनिक (hebephrenic) रूप और मिश्रित (mixed) रूप। स्काइजोफ्रीनिया का मिश्रित रूप अधिक देखने को मिलता है। मिश्रित रूप में मोटे तौर पर अन्य सभी रूपों के लक्षण मौजूद रहते हैं इसलिए नीचे मिश्रित रूप को छोड़कर शेष रूपों पर विचार किया जायगा।

प्रच्छन्न रूप—क्रेस्मर ने व्यक्तित्व के एक प्रकार को स्काइजोइड (Schizoid) कहा है। प्रकृत व्यवहार करने के लिए रागात्मकता के विभेदीकरण (differentiation) की आवश्यकता होती है। रागात्मकता का विभेदीकरण कर लेने से ही व्यक्ति विभिन्न स्थितियों के अनुकूल रागात्मक व्यवहार कर पाता है। स्काइजोइड व्यक्ति में रागात्मकता का विभेदीकरण ठीक से नहीं हो पाता जिससे उसके लिए कुछ स्थितियों में रागात्मक व्यवहार करना अत्यन्त दुखद हो जाता है। उस दुखद अनुभव से बचने के लिए वह या तो किसी मनमानी अतर्गल विचारधारा में पलायन कर जाता है या तत्कालीन स्थिति की आवश्यकता के विरुद्ध कोई हिंसक व्यवहार कर बैठता है। स्काइजोइड व्यक्तित्व को समझना मुश्किल होता है। क्रेस्मर के शब्दों में स्काइजोइड व्यक्ति “हमारे लिए एक प्रश्न चिह्न की तरह होता है। उसके सामने ऐसा लगता है मानो हम उत्तरी ध्रुव की निष्प्राण ठंडी हवा में खड़े हुए हों।” स्काइजोइड व्यक्ति के स्वभाव में सामाजिकता और हास्य-प्रियता नहीं होती। स्काइजोइड व्यक्तित्व में स्काइजोफ्रीनिया से मिलते-जुलते बहुत से लक्षण पाए जाते हैं। इस आधार पर कुछ मनोचिकित्सक स्काइजोइड व्यक्तित्व को स्काइजोफ्रीनिया का प्रच्छन्न (latent) रूप मानते हैं। किन्तु यह विवादग्रस्त है कि स्काइजोइड व्यक्ति के प्रच्छन्न लक्षणों की अभिव्यक्ति स्काइजोफ्रीनिया में ही होती है या नहीं। दूसरे, स्काइजोफ्रीनिया का हर रोगी स्काइजोइड व्यक्तित्व का भी नहीं होता। तीसरे, यह भी हो सकता है कि स्काइजोइड व्यक्ति के प्रच्छन्न लक्षण कभी न प्रकट हों और वह जीवन भर प्रकृत बना रहे। ऐसी दशा में उसे स्काइजोफ्रीनिया के प्रच्छन्न रूप का रोगी कैसे कहा जा सकता है।

साधारण रूप—स्काइजोफ्रीनिया के साधारण (simple) रूप का प्रारम्भ क्रमिक भी होता है और आकस्मिक भी। क्रमिक प्रारम्भ में रोगी की चिन्तन और सकल में कमी हो जाती है, वह अकेला और कुछ अनमना-सा

रहनें लगता है। उसके रागात्मक अनुभव में शिथिलता आ जाती है और वह अपने बचपन के प्रति ज्यादा आकृष्ट हो जाता है। वह अपने काम और खेल में रुचि नहीं लेता, यहाँ तक कि पहनने-ओढ़ने में भी उदासीन हो जाता है। साधारण रूप के आकस्मिक प्रारम्भ में रोगी अचानक बीमार पड़ जाता है, उद्दीप्त हो जाता है और प्रलाप भी करने लगता है। उसमें मानसिक ह्रास के चिह्न भी पाए जाते हैं। उसे हठभ्रम और मतिभ्रम भी हो सकते हैं यद्यपि उनका पता मुश्किल से ही चल पाता है। साधारण रूप की विशेषताएँ नीचे दिए केस से स्पष्ट हो जायँगी।

केस २४—मध्यम परिवार का अठ्ठाइस साल का एक व्यक्ति एक दिन अपने कस्बे से किसी कार्यवश शहर चला। रास्ते में अचानक उसकी तबियत घबड़ाने लगी और वह रुक गया। थोड़ी देर बाद जब वह शहर की ओर फिर चलने लगा तो उसकी तबियत फिर घबड़ाने लगी। किन्तु जैसे तैसे करके वह शहर पहुँच गया। वहाँ पर उसकी तबियत फिर घबड़ाने लगी और वह अपना काम पूरा किए बिना ही अपने कस्बे को लौट आया। अगले तीन दिन तक उसकी तबियत बहुत खराब रही। वह बेहद उद्दीप्त रहा और यह समझने लगा कि उसका अन्त समीप आ गया है। उसे अस्पताल में भरती करा दिया गया। कुछ दिन बाद वह शांत हो गया। उसकी याद अच्छी थी, वह बातचीत भी ठीक से कर लेता था किन्तु उसमें रागात्मक अभाव था। वह घर लौटने या अस्पताल में रहने दोनों के प्रति उदासीन था। एक दिन वह डाक्टर को कुछ देने के लिए अपनी जेबें खाली करने लगा। उसकी जेबों से जो सामान निकला उसकी आशा किसी सात-आठ साल के बच्चे की जेबों में ही की जा सकती थी—कुछ रंगीन गोलियाँ, चूड़ियों के रंग-बिरंगे टुकड़े, बालों में लगाए जाने वाले क्लिप और एक टूटा-फूटा शीशा। यद्यपि रोगी अपने विगत जीवन की बातें काफी सयत ढंग से करता था किन्तु किसी नयी स्थिति में पढ़ने पर उसके व्यवहार में इंट्रासाइकिक ऐंटेक्सिया (intrapsychic ataxia) का निश्चित प्रमाण मिलता था।

पैरानोइड रूप—रागात्मक अभाव और उदासीनता के साथ हठभ्रमों की प्रधानता होने से स्काइजोफीनिया के रूप को पैरानोइड (paranoid) रूप कहा जाता है। पैरानोइड रूप में व्यक्ति के हठभ्रम महानता, अभियोग या सदर्म (reference) सम्बन्धी होते हैं। पैरानोइड और स्काइजोफीनिया के हठभ्रमों में भेद करना जरा मुश्किल होता है। स्काइजोफीनिया के हठभ्रम सामान्यतः उतने व्यवस्थित और स्थायी नहीं होते जितने कि पैरानोइड के

होते हैं। दोनों साइकोसिसो के हठभ्रमो में यही एक प्रमुख भेद होता है। पैरानोइड स्काइजोफीनिया का रोगी यह समझता है कि अभियोग लगाने वाले लोग उस पर सम्मोहन (hypnotism) या आधिभौतिक शक्तियों द्वारा प्रभाव डाल रहे हैं। जिस रोगी में अभियोग-हठभ्रम ज्यादा तीव्र होता है वह अपने कल्पित अभियोगियों पर आक्रमण भी कर सकता है इसलिए उसकी देखभाल की विशेष आवश्यकता पड़ती है। पैरानोइड स्काइजोफीनिया के रोगियों के हठभ्रमात्मक चितन की अनर्गलता निम्नलिखित केस से स्पष्ट हो जायगी।

केस २५—लीला नामक इक्कीस वर्षीया अविवाहित युवती। उसके पाँच भाई-बहन बिल्कुल स्वस्थ हैं। युवती दुर्बल-बुद्धि है और आठवी कक्षा में उत्तीर्ण नहीं हो सकी है। आदते और आचरण अच्छा है। चार महीने एक प्रकाशन सस्था में काम कर चुकी है। बाद में छोटे बच्चों को पढ़ाने और सगीत सिखाने का काम भी कर चुकी है। बहुत मितव्ययी है और पैसा बचाती है। दो साल पहले से उसे स्वप्नो द्वारा कुछ मतिभ्रमात्मक सदेश मिलना शुरू हुए जिनके आधार पर उसे यह विश्वास हो गया कि उसका विवाह प्रकाशन-सस्था के एक कर्मचारी से होने वाला है। प्रकाशन-सस्था छोड़ने के बाद युवती उस कर्मचारी से कभी नहीं मिली थी। उसे स्वप्न में मिले सदेशों द्वारा यह पता चला कि वह कर्मचारी उससे प्रेम करता है और तब उसे भी विश्वास हो गया कि वह भी उस कर्मचारी से प्रेम करती है। स्वप्नो के सदेशों को असत्य बताए जाने पर वह समझती है कि लोग उसके प्रेम की परीक्षा ले रहे हैं। उसे यह भी हठभ्रम है कि उसके प्रेमी ने उसकी रक्षा के लिए गुप्तचर लगा रखे हैं जो हर समय उसकी गतिविधि को देखते रहते हैं। कहती है कि उसे स्वप्नो द्वारा सदेश अब भी मिलते रहते हैं और अपने प्रेमी के साथ उसका विवाह दो महीने के अन्दर होने वाला है। युवती का स्वास्थ्य अच्छा है, उसे नीद भी अच्छी तरह आती है। वह सामान्यतः प्रसन्न रहती है किन्तु कभी कभी उदास हो जाती है और आत्म-हत्या कर लेने की धमकी भी देती है। वह समझती है कि लोग उसके विवाह का विरोध कर रहे हैं।

कैटाटोनिक रूप—कैटाटोनिक (catatonic) शब्द जिन दो शब्दों (kata = विरोध या नष्ट होना + tonic = सामञ्जस्य या न्याय) में मिलकर बना है उनका अर्थ होता है धारीरिक अग्न्याम की स्वाभाविकता का नष्ट हो जाना। हमारे शरीर में विरोधी तत्वों का न्यास होता है और उत्त

न्यास के नष्ट हो जाने से विकार पैदा हो जाते हैं । एक ऐसा ही विकार मासपेशीय-न्यास के नष्ट होने से होता है । कैटाटानिक स्काइजोफ्रीनिया में रागात्मक उदासीनता, इद्रासाइकिक ऐटेक्सिया आदि लक्षणों के साथ मासपेशीय-न्यास नष्ट हो जाने की प्रधानता होती है । मासपेशीय न्यास की स्वाभाविकता नष्ट हो जाने को कैटेलेप्सी (catalepsy) कहा जाता है । कैटेलेप्सी में रोगी के किसी अंग को जिस स्थिति में रख दिया जाता है वह उसी स्थिति में रक्खा रहता है । कैटेलेप्सी रोगियों में बहुत कम पाई जाती है । अधिकांश रोगियों में कैटेलेप्सी की निष्क्रियता का प्रतिरोध मिलता है । अगर उनकी बांह फैलाई जाय तो वे प्रतिरोध करके अपनी बांह और समेट लेते हैं । यह प्रतिरोध रोगी के असहयोग का सूचक होता है । कुछ रोगी साधारण प्रश्नों का उत्तर भी नहीं देते और बिल्कुल मौन धारण कर लेते हैं । उनके व्यवहार से ऐसा लगता है कि वे बाह्य उत्तेजनाओं के प्रति उदासीन हैं । इस उदासीनता को कैटाटानिक जडता (catatonic stupor) कहा जाता है । जडता के साथ रोगियों में एक और विशेषता यह पाई जाती है कि उनसे जो करने को कहा जाय वे ठीक उसका उल्टा करते हैं । अगर आँख खोलने को कहा जाय तो वे आँख बन्द कर लेते हैं और अगर कुछ पूछा जाय तो वे अपना मुँह सी लेते हैं । कैटाटानिक जडता के उग्र रूप में रोगी बिल्कुल जडवत् हो जाता है और कोई क्रिया नहीं करता । ऐसी हालत में उसे जबर्दस्ती नहलाना-धुलाना और खिलाना पड़ता है । जडता के हल्के रूप में रोगी एक ही स्थान पर घंटों तक एक ही शारीरिक मुद्रा में खड़ा या बैठा रह सकता है ।

कैटाटानिक जडता के विपरीत कुछ रोगियों में कैटाटानिक उद्दीपन (catatonic excitement) भी पाया जाता है । कैटाटानिक उद्दीपन में रोगी की क्रियाएँ बड़ी असंगत, उद्देश्यहीन और अनिश्चित हो जाती हैं । वह कुछ क्रियाओं की निरन्तर पुनरावृत्ति भी कर सकता है, जैसे, शरीर के किसी अंग को इधर उधर हिलाते रहना या एक ही बात कहने की रट लगाए रहना । रोगियों के चलने फिरने के ढंग में एक अनर्गल स्थायित्व (stereotypy) भी देखने में आता है । कोई रोगी हमेशा दीवार से लगकर चलता है, कोई चलते समय पहले बायाँ पैर ही उठाता है तो कोई एक पैर पर खड़ा रहकर दूसरे को ढीला छोड़ देता है । कैटाटानिक उद्दीपन और मेनिक-उदासी के उद्दीपन में कभी कभी भेद कर सकना काफी मुश्किल होता है । कैटाटानिक स्काइजोफ्रीनिया का एक केस देखिए .

केस २६—अठारह साल की एक लड़की । देखने में स्वस्थ । लगभग तीन साल से अप्रकृत । अप्रकृत लक्षण धीरे धीरे प्रकट हुए । शुरू शुरू में वह उदास रहती थी, खाना नहीं खाती थी, अजीब तरह की आवाजें सुनती थी और अपनी दिनचर्या की उपेक्षा करती थी । अस्पताल में उसका व्यवहार प्रतिरोधपूर्ण है, खाना नहीं खाती है और कभी कभी थाली लेकर फेंक देती है । उसकी क्रियाएँ और मनोभाव निरुद्देश्य से लगते हैं और उसका व्यवहार कुछ मतिभ्रमों के प्रति किया गया लगता है । अगर उसे रोका न जाय तो कभी कभी नगी होने लगती है । कभी वह बड़े ध्यानपूर्वक कुछ सुना करती है और इस समय उसका अग्न्यास नष्ट हो जाता है । वह एक ही स्थिति में घंटों तक बैठी रहती है । अक्सर आँख मारती है, मुँह बिचकाती है और अकारण हँसती है । कभी कभी वह अनर्गल प्रलाप करती है—“मैं नहीं जानती . . . क्या मैं अभी अभी बैठी थी ? तुम मुझसे नहीं छीन सकते ।” प्रलाप करने के बाद वह जोर जोर से सीटी बजाकर हँसती है । ऐसे समय उसके व्यवहार में उद्दीपन होता है और अगर उससे कुछ पूछा जाता है तो वह कहती है कि उसे कुछ सुनाई नहीं पड़ता, फिर ताली बजा बजाकर कुछ गुनगुनाने लगती है ।

हीबीफ्रीनिक रूप—हीबीफ्रीनिक (hebephrenic) शब्द जिन दो शब्दों (hebes = कुण्ठित होना + phren = मनस्) से मिलकर बना है उनका अर्थ है मनस् का कुण्ठित हो जाना । हीबीफ्रीनिक स्काइजोफ्रीनिया के रोगी में मानसिक कुण्ठा के साथ इंट्रासाइकिक ऐटेक्सिया (intrapsychic ataxia) का अत्यन्त उग्र रूप मिलता है । हीबीफ्रीनिक रूप का प्रारम्भ आकस्मिक-सा होता है । रोगी को नींद नहीं आती, सिरदर्द रहता है, मतिभ्रम और हठभ्रम होते हैं । मतिभ्रमों की प्रचुरता होती है । पैरानोइड स्काइजोफ्रीनिया के विपरीत हीबीफ्रीनिक रोगी के हठभ्रम अव्यवस्थित और अस्थायी होते हैं । वह अशिष्ट और मूर्खतापूर्ण ढंग से हँसता है । वह हर व्यक्ति को देखकर या कुछ पूछे जाने पर दाँत निकाल कर ही ही करने लगता है । वह चियड़ों को पहनकर या कागज के टुकड़ों को आभूषण समझकर उन्हें परीर पर चिपकाकर तरह तरह से अपना शृंगार करता है । मुँह पर पाउडर को जगह घूल या खडिया पीत लेता है । उसे न तो अपना होश रहता है और न दूसरों की उपस्थिति का । वह किसी के भी सामने निर्जञ्जता से नंगा होने लगता है । उसकी बातचीत विलकुल अमगत, अनर्गल और याभ्यो की विचयी भी होनी है । ह्वाइट द्वारा प्रस्तुत हीबीफ्रीनिक रोगी की बातचीत का एक उदाहरण देखिए :

केस २७—तुम्हारी उम्र क्या है ?

सदियों साल पुरानी ।

तुम यहाँ कब से हो ?

मैं इस भूखड पर अर्से से आता-जाता रहता हूँ । मैं ठीक समय तो नहीं बता सकता क्योंकि रात को हवा हम सब को सोख लेती है और वे लोगो को वापस लाते हैं । वे हर चीज को मार डालते हैं (ही ही ही) । वे तुम्हारे गले में बैठकर बोल सकते हैं ।

यह कौन है ?

नहीं तो, क्यों । हवा है ।

इस जगह का क्या नाम है ?

इस जगह का नाम एक नक्षत्र है ।

तुम्हे कौन डाक्टर देखता है ?

तुम्हारी तरह से ही एक शरीर । वे तुम्हे काला और सफेद बना सकते हैं । मैं नमस्ते करता हूँ किन्तु वह हमेशा वही से आता है । पहले यह एक उपनिवेश था । वे बताते थे कि यह स्वर्ग था । यह इमारते उस वक्त ठोस नहीं थी और मुझे अच्छी तरह मालूम है कि यह वही जगह है । उनके पास ऐसी और भी हैं । लोग मर जाते हैं और कीड़े-पतंगे बाते करते हैं और मत्स्यसिंहा तुमको मालूम होगा कि तुम्हे यहाँ से दूसरी दुनियाँ में भेज देता है ।

यह कौन सा साल है ?

सदियों का साल यानी पारसाल है ।

अमेरिका का पता किसने लगाया था ?

हाँ, हाँ, मेरे भाई कोलम्बस ने ।

किस सन् में ?

१४९२ में, तब से उन्होंने बहुत सी खोजें कर डाली हैं ।

अमेरिका का गृह-युद्ध कब हुआ था ?

१८६४-१८६०-१८६४ में हुआ था ।

उस समय अमेरिका का राष्ट्रपति कौन था ?

ही, ही, ही, ही । वे बार बार तुम्ही को तो बना देते हैं ।

तुम सेना में कब भरती हुए थे ?

मैं सेना में भरती हुआ था सदियों सदियों पहले । मैं नहीं १९०३ में मेरे ही शरीर की तरह की एक स्मृति ।

क्या तुम कभी क्यूबा में थे ?

हाँ, जनाब । मैं वहाँ तीन बार था । वह सदियों साल पुरानी बात है, मैं नहीं था मेरी स्मृति थी क्योंकि मैं मर चुका था । हाँ, मैं मर चुका था, मुझे ठीक याद है । किन्तु वे हमको मूलतः वहाँ फिर बनाते हैं । इस नक्षत्र की तरह और भी है । मुझे वाशिंगटन की सरकार ने एक तारे पर भेजा था और वह क्या ही अच्छा देश था । अब तुम्हारा शरीर एक जवान आदमी की तरह है जो कहता है कि वह मत्स्यसिंहा का है ।

यह मत्स्यसिंहा कौन है ?

तुम, (ही, ही, ही, ही) तुम खुद हो । तुम मत्स्यसिंहा हो सकते हो....वे तुम्हें पढ़ सकते हैं । वे मरे हुआ मे से हब्लियो को वापस ले आते हैं ।

व्याख्या सम्बन्धी दृष्टिकोण—स्काइजोफ्रीनिया के कारणों की व्याख्या आज तक एक अनिश्चित और विवादग्रस्त विषय है । स्काइजोफ्रीनिया की व्याख्या करने का प्रयत्न अनेक दृष्टिकोणों से किया गया है और किया जा रहा है किन्तु अभी तक उनसे कोई निश्चित परिणाम नहीं निकल सका है । उन सब दृष्टिकोणों पर विचार करना स्वयं एक अलग पुस्तक का विषय होगा इसलिए नीचे प्रमुख दृष्टिकोणों पर संक्षेप में विचार करके संतोष किया जायगा ।

आनुवंशिक दृष्टिकोण—बहुत से मनोचिकित्सक स्काइजोफ्रीनिया रोग की उत्पत्ति के पीछे आनुवंशिक कारणों को मानते हैं । इस विषय पर कालमैन ने बर्लिन चिकित्सालय में १८६२ से १९०२ तक स्काइजोफ्रीनिक वर्ग के १०८७ रोगियों और उनके सब सगे-सम्बन्धियों की परीक्षा की और उस परीक्षा में निम्नलिखित परिणाम निकले

१० प्रतिशत रोगियों के माँ-बाप भी स्काइजोफ्रीनिक थे । ६८.१ प्रतिशत रोगियों के माँ और बाप दोनों स्काइजोफ्रीनिक थे । १६.४ प्रतिशत रोगियों के माँ-बाप दोनों में से कोई एक ही स्काइजोफ्रीनिक था । स्काइजोफ्रीनिया के रोगियों में पारस्परिक आकर्षण की प्रवृत्ति भी मिली क्योंकि २.१ प्रतिशत पति-पत्नी भी स्काइजोफ्रीनिक थे । रोगियों के समानिगी यमलो (twins) में रोग की सम्भावना ८५.८ प्रतिशत और भिन्नानिगी यमलो में १४.७ प्रतिशत मिली ।

उपर्युक्त आधार पर कालमैन ने यह परिणाम निकाला कि स्काइजोफ्रीनिया रोग को ग्रहण कर लेने की क्षमता आनुवंशिक होती है और उसके निर्धारक

प्रभुताहीन (recessive) होते हैं और वे सेक्स से सम्बन्धित नहीं होते । आनुवंशिक निर्धारक चूँकि प्रभुताहीन होते हैं इसलिए स्काइजोफ्रीनिया के रोगियों की सन्तान का प्रकृत विकास हो सकने की सम्भावना रहती है । इससे स्पष्ट है कि आनुवंशिक विकार होने पर भी स्काइजोफ्रीनिया के लक्षणों का विकसित हो जाना परिवेश के प्रभाव पर निर्भर होता है और स्काइजोफ्रीनिया की समुचित व्याख्या केवल आनुवंशिक दृष्टिकोण से नहीं की जा सकती । दूसरे, स्काइजोफ्रीनिया के आनुवंशिक निर्धारकों से यह भी पता नहीं चल पाता कि विकार आगे चलकर किस रूप में प्रकट होगा ।

रासायनिक दृष्टिकोण—हास्किन्स ने अपनी खोजों के आधार पर यह सिद्ध करने की चेष्टा की है कि स्काइजोफ्रीनिया साइकोसिस 'रासायनिक विकार की अभिव्यक्ति' होता है । शरीर करोड़ों कोषों से निर्मित होता है और मानवी व्यक्तित्व उन सब कोषों की सगठित क्रियाओं का परिणाम होता है । हास्किन्स के अनुसार "स्काइजोफ्रीनिया रोग कोषों की सगठित क्रियाओं में कोई दोष हो जाने का सूचक होता है ।" हास्किन्स का यह भी कहना है कि स्काइजोफ्रीनिया के रोगी में ऐड्रीनैलिन हार्मोन की कमी पाई जाती है । रोगी की श्वासक्रिया दूषित होती है, हृदय की स्पन्दन-गति और रक्त का दबाव कम होता है । इस प्रकार हास्किन्स ने स्काइजोफ्रीनिया का कारण शारीरिक दुर्बलता को माना है जिससे रोगी अपने परिवेश का सामना ठीक तरह से नहीं कर पाता । स्काइजोफ्रीनिया रोग में परिवेश के प्रभाव की उपेक्षा करने से यह दृष्टिकोण भी एकांगी है । स्काइजोफ्रीनिया रोग के रासायनिक कारण अवश्य होते हैं किन्तु उनसे स्काइजोफ्रीनिया के विभिन्न रूपों को समझने और उनकी व्याख्या करने में कोई सहायता नहीं मिलती ।

विकासात्मक दृष्टिकोण—बीसवीं शती के प्रारम्भ तक स्काइजोफ्रीनिया की व्याख्या मुख्यतः आनुवंशिक-रासायनिक दृष्टिकोणों के आधार पर ही की जाती थी । किन्तु १९०३ में एडाल्फ मेयर द्वारा मनोजैविक (psychobiological) दृष्टिकोण प्रस्तुत किए जाने के बाद से स्काइजोफ्रीनिया की आनुवंशिक-रासायनिक व्याख्या पर सदेह किया जाने लगा । मेयर ने स्काइजोफ्रीनिया की मनोजैविक व्याख्या का मार्ग प्रशस्त करके स्काइजोफ्रीनिया को कार्यात्मक (functional) विकार मानने पर जोर दिया ।

स्काइजोफ्रीनिया का अध्ययन मेयर के मनोजैविक (psychobiological) दृष्टिकोण से करने पर कैसानिन ने यह परिणाम निकाला कि स्काइजोफ्रीनिया के रोगी के व्यवहार को तब तक ठीक से नहीं समझा जा सकता जब तक उसके मनोवैज्ञानिक विकास को न जान लिया जाय ।

कैसानिन ने स्काइजोफीनिया को परिपक्वता और विकास की असफलता का परिणाम कहा है जिससे रोगी के व्यवहार का "रीग्रेशन (regression) शैशवकालीन विचारों और प्रतिक्रियाओं की ओर हो जाता है।" इस प्रकार स्काइजोफीनिया रोग की "विकासात्मक जडे" रोगी के बचपन के मनोजैविक विकास में होती है।

मनोजैविक (psychobiological) दृष्टि से बच्चे को अपने विकास-क्रम में आत्मनिर्भर और स्वतन्त्र होना सीखना पड़ता है। प्रारम्भ में बच्चा जगत के बारे में बहुत कम जानता है और आत्मरक्षा के लिए अपने माँ-बाप पर निर्भर होता है। बच्चे का मनोजैविक विकास उसके आन्तरिक और बाह्य सस्कारों से निर्धारित होता है। अगर उसके विकास में कोई बाधा न पड़े तो वह अपना और जगत की वास्तविकता का यथेष्ट ज्ञान प्राप्त कर लेता है और युवावस्था में आने पर उसकी आत्मरक्षा की भावना भौतिक-नैतिक-सामाजिक वास्तविकता के यथेष्ट ज्ञानार्जन पर आधारित होती है। बड़ा होकर वास्तविकता से परिचित हो जाने पर वह माँ-बाप की छत्रछाया से निकलकर अपना पथ-प्रदर्शक स्वयं बन जाता है। जब तक वह अपने माँ-बाप पर निर्भर रहता है तब तक कैसानिन के शब्दों में "जगत की वास्तविकता बच्चे के लिए समस्या नहीं होती।" उसका व्यवहार आत्मकेन्द्रित होता है और वह दूसरों की कोई परवाह नहीं करता। दूसरे, वह अपने को सर्वशक्तिमान् मानता है और यह समझता है कि ससार की प्रत्येक घटना उसकी इच्छा से हो सकती है। वह यह भी धारणा रखता है कि उसके माँ-बाप और अन्य लोग उसके विचारों को जान सकते हैं और चुरा भी सकते हैं। तीसरे, शैशवावस्था में बच्चा अपने सेक्स का अर्थ और उसके नैतिक-सामाजिक महत्व को ठीक से नहीं जानता। बच्चे अपने आपको पुरुष या स्त्री नहीं समझते इसलिए वे पुरुषोचित या स्त्रियोचित व्यवहार भी नहीं कर पाते। किशोरावस्था में आने पर बच्चे के आत्मकेन्द्रित व्यवहार में समाज-सापेक्ष संशोधन होता है; वह अपने सर्वशक्तिमान् होने की धारणा को छोड़ने लगता है और अपने सेक्स के अर्थ और उसके नैतिक-सामाजिक महत्व को जानने लगता है। किशोरावस्था के बाद भी व्यक्ति अगर बचपन के अपरिपक्व व्यवहार को फिर करने लगे तो यह रीग्रेशन (regression) का उदाहरण होगा।

माँ-बाप पर निर्भर होने से बच्चे के लिए जगत की वास्तविकता कोई बड़ी समस्या नहीं होती किन्तु स्काइजोफीनिया के रोगी के लिए होती है। यह मनन करने पर कि जगत की वास्तविकता उसकी पकड़ के बाहर होती या नहीं है रोगी की आत्मरक्षा की भावना को कड़ी ठेस लगती है और वह

वास्तविकता को “पकड़ने, पुनर्स्थापित और पुनर्व्यवस्थित करने की कोशिश में अपनी जान लडा देता है।” इसके लिए वह बच्चो की भाँति अपने माँ-बाप या अन्य लोगो की सहायता पर निर्भर न होने से बच्चे की तुलना में “विल्कुल अकेला पड जाता है।” स्काइजोफीनिया के रीग्रेशन और बच्चो के अपरिपक्व व्यवहार में यही एक मुख्य अन्तर होता है।

कैसानिन के अनुसार स्काइजोफीनिया के रोगियो और बच्चो के व्यवहार में बहुत बड़ी समानता होती है। बच्चा अपने को सर्वशक्तिमान् समझता है। स्काइजोफीनिया के रोगी का व्यवहार भी सर्वशक्तिमान् समझने का प्रदर्शन होता है। कैसानिन का एक रोगी एक स्थायी-मुद्रा से कुर्सी पर निश्चल बैठा रहता था और उसके हाथ की तर्जनी हमेशा मुड़ी रहती थी। तर्जनी मुड़ी रखने का कारण यह था कि रोगी अपने को सर्वशक्तिमान् समझता था और उसे विश्वास था कि अगर कही उसने तर्जनी सीधी कर दी तो सारे ससार का नाश हो जायगा।

बच्चो की दूसरी धारणा यह होती है कि दूसरे लोग उनके विचारो को जानते हैं। बच्चो की यह धारणा रोगियो में सदर्भ-हठभ्रमो (delusions of reference) के रूप में मिलती है। कुछ रोगी किसी कहानी को पढकर या घटना को देखकर यह धारणा बना लेते हैं कि वह कहानी या घटना उन्ही के जीवन से सम्बन्धित है। किसी-किसी रोगी के सदर्भ-हठभ्रम की अनर्गलता यहाँ तक पहुँच जाती है कि वह अस्पताल में अन्य रोगियो को रोगी न मानकर यह मानने लगता है कि वे नाटक के अभिनेता हैं और उसी के जीवन की घटनाओ का नाटक कर रहे हैं।

बच्चो की भाँति स्काइजोफीनिया के रोगियो में सेक्स विषयक अज्ञान भी पाया जाता है। कुछ रोगी यह समझते हैं कि पहले वे मर्द थे किन्तु अब औरत बन गए हैं और कुछ यह कहते हैं कि वे सेक्सरहित हो गए हैं। सेक्स-सम्बन्धी अज्ञान शैशव में तो हो सकता है किन्तु रोगियो में उस अज्ञान का होना यह बताता है कि उनका रीग्रेशन (regression) शैशव के स्तर पर हो गया है।

स्काइजोफीनिया का व्याख्या-सम्बन्धी मेयर और कैसानिन का विकासात्मक दृष्टिकोण मूल्यवान् होते हुए भी इसलिए अग्रूरा है कि इससे स्काइजोफीनिया की ‘विकासात्मक जडो’ का तो पता चल जाता है किन्तु यह पता नहीं लग पाता कि उन विकासात्मक जडो से कैटानिक (catatonic), हीबीफीनिक (hebephrenic) आदि रूप कैसे उत्पन्न हो जाते हैं। इस समस्या का समाधान करने के लिए बोयसन (Boisen) ने गत्यात्मक दृष्टिकोण प्रस्तुत

किया है । देखा जाय कि गत्यात्मक दृष्टिकोण से उपर्युक्त समस्या का समाधान कहाँ तक हो सकता है ।

गत्यात्मक दृष्टिकोण—बोयसन ने स्काइजोफीनिया के विभिन्न रूपों की व्याख्या करने के लिये आत्म-सम्मान (self-respect) की भावना को केन्द्र-बिन्दु माना है । व्यक्ति में आत्म-सम्मान की भावना का निर्माण अपने कुल की मान-मर्यादा, सामाजिक, चारित्रिक और नैतिक आदर्शों के अनुसार होता है । व्यक्ति के मानसिक स्वास्थ्य के लिए यह जरूरी है कि उसके आत्म-सम्मान को कोई क्षति न पहुँचे । आत्म-सम्मान को क्षति पहुँचाने वाले किसी वास्तविक या काल्पनिक खतरे से बचने के लिए व्यक्ति विभिन्न प्रकार से प्रतिक्रियाएँ करता है ।

बोयसन के अनुसार रोगी आत्म-सम्मान को खतरे से बचाने के लिए जो विभिन्न प्रतिक्रियाएँ करता है स्काइजोफीनिया के विभिन्न रूप उन्ही की अभिव्यक्ति होते हैं । स्काइजोफीनिया के साधारण रूप में पाए जाने वाले व्यवहार से यह प्रकट होता है कि रोगी खोए आत्म-सम्मान को फिर से पा सकने में अपने को असमर्थ समझता है । अपने को असमर्थ समझने से उसका व्यवहार निरुद्देश्य बन जाता है । उसमें अपने आपको बनाने की इच्छा नहीं रह जाती । वह अपने लक्ष्य से पलायन करके परिवेश से विमुख हो जाता है जिससे उसके व्यवहार में रागात्मक अभाव मिलता है ।

पैरानोइड स्काइजोफीनिया का रोगी आत्म-सम्मान को बचाने के लिए पलायन न करके सघर्ष करता है । विजयी होने के लिए वह स्थिति और उससे अपने सम्बन्ध की गलत व्याख्या करता है । आत्म-सम्मान खोने से उसके अन्दर आत्म-तिरस्कार की जो भावना पैदा होती है उससे बचने के लिए उसे वह दूसरो पर प्रक्षेपित कर देता है । अपने को बड़ा आदमी मानकर वह यह समझने लगता है कि अन्य लोग उसे गिराने के लिए षड़यन्त्र रच रहे हैं । परिणामस्वरूप उसे महानता, अभियोग और संदर्भ के हठभ्रम होने लगते हैं और इस प्रकार वास्तविकता की हठभ्रमात्मक गलत व्याख्या करके वह आत्म-सम्मान की रक्षा करने का प्रयत्न करता है ।

कैटाटानिक रोगी आत्म-सम्मान को बचाने के लिए जान-तोड़ कोशिश करता है । आत्म-सम्मान खतरे में पड़ जाने से रोगी का मानसिक जगत विघ्न-भिन्न हो जाता है और वह उसे फिर से जोड़कर उसमें सामञ्जस्य लाने के लिए जो व्यवहार करता है उसकी अभिव्यक्ति कैटाटानिक रूप में होती है । मानसिक जगत का विघ्न-भिन्न हो जाना रोगी के लिए एक समस्या होती है और किसी अन्तर्हिक समस्या पर एकाग्र होने के लिए बाह्य जगत से सम्बन्ध

विच्छेद करना पड़ता है । कैटाटानिक रोगी अपने छिन्न-भिन्न आन्तरिक जगत को पुनर्व्यवस्थित करने के लिए बाह्य जगत से ऐसा सम्बन्ध तोड़ लेता है कि अन्य लोगों की उपस्थिति तक को नहीं जान पाता । कैटाटानिक व्यवहार में जड़ता या उद्दीपन का होना रोगी द्वारा स्थिति की सार्थकता समझने के ढंग पर निर्भर होता है । अगर वह आत्म-सम्मान को बचा सकने की कोई सम्भावना नहीं देखता तो उसके व्यवहार की परिणति आत्मनिवेदन में हो जाती है और वह बिल्कुल निराश हो जाता है । अगर सघर्ष करके आत्म-सम्मान को बचा सकने की सम्भावना होती है तो परिणाम स्वरूप रोगी का व्यवहार उद्दीपन-भरा होता है । अगर वह आत्म-सम्मान को बचाने में पूर्णतः असफल हो जाय तो कभी नीरोग नहीं हो सकता । वीयसन की इस व्याख्या का इस आधार पर काफी समर्थन हो जाता है कि स्काइजोफ्रीनिया के अन्य रूपों के रोगियों की अपेक्षा कैटाटानिक रोगी के नीरोग हो जाने की सम्भावना बहुत होती है ।

हीबीफ्रीनिक स्काइजोफ्रीनिया की व्याख्या के सम्बन्ध में वीयसन का यह मत है कि हीबीफ्रीनिक रोगी आत्म-सम्मान को खतरे से बचाने का कोई उपाय नहीं देख पाता । नैतिक-सामाजिक लक्ष्य प्राप्ति के लिए जो व्यवहार किया जाता है उसमें आत्मसयम की आवश्यकता पड़ती है । आत्म-सम्मान को बनाए रखने के लिए नैतिक-सामाजिक लक्ष्य अपेक्षित आत्मसयम का ज्ञान होना अनिवार्य होता है । हीबीफ्रीनिक रोगी में आत्मसयम का ज्ञान नहीं होता जिससे उसका मनस् कुठित हो जाता है और वह असगत, अनर्गल और अनुत्तरदायी व्यवहार करने लगता है ।

अन्तिम निष्कर्ष—स्काइजोफ्रीनिया के कारणों को जानने के लिए जितना विशद् अनुसन्धान किया जा चुका है उससे अब तक कोई निर्विवाद परिणाम नहीं निकल सका है । यह निश्चित रूप से सिद्ध नहीं हो पाया है कि स्काइजोफ्रीनिया के कारण कार्यात्मक (functional) होते हैं या आनुवंशिक-शारीरिक । और अगर दोनों होते हैं तो उनमें सापेक्षिक प्रधानता किनकी रहती है । अतः ऊपर जिन विभिन्न दृष्टिकोणों का वर्णन किया गया है उनमें से किसी एक को अन्तिम रूप से स्वीकार कर लेना ठीक नहीं होगा । पर्याप्त प्रमाण न मिल जाने तक सदेहवादी बने रहना विज्ञान के हित में होता है ।

आंगिक साइकोसिस

पहले बताया जा चुका है कि साइकोसिस की मुख्य विशेषता अन्तर्दृष्टि (insight) का अभाव होती है जिससे व्यक्ति को अपने रोगी होने का ज्ञान नहीं हो पाता। साइकोसिस के रोगियों के व्यवहार में अन्तर्दृष्टि का जो अभाव पाया जाता है उसके कार्यात्मक कारणों पर पिछले दो अध्यायों में विचार किया जा चुका है। किन्तु अन्तर्दृष्टि का अभाव आंगिक (organic) कारणों से भी हो सकता है। आंगिक कारणों से अप्रकृत बन नए व्यवहार को आंगिक साइकोसिस (organic psychosis) कहा जाता है। आंगिक दोषों से यों तो व्यक्तित्व और व्यवहार में कुछ न कुछ अप्रकृत परिवर्तन अवश्य हो जाते हैं किन्तु उन परिवर्तनों से अगर रोगी की अन्तर्दृष्टि में कमी न आए तो आंगिक-दोष-जन्य होते हुए भी उन परिवर्तनों को आंगिक साइकोसिस नहीं कहा जा सकता। आंगिक साइकोसिस का तात्पर्य है किसी आंगिक दोष के कारण अप्रकृत बन जाने वाले व्यवहार में अन्तर्दृष्टि का अभाव होना।

आंगिक साइकोसिसों में यद्यपि किसी न किसी आंगिक विकार की पूर्ववर्तिता और प्रधानता रहती है किन्तु तो भी उन पर रोगी के परिवेश और व्यक्तिगत भेद का थोड़ा बहुत प्रभाव अवश्य पड़ता है। यही कारण है कि एक से आंगिक दोष के होने पर भी दो रोगियों के व्यवहार में काफी असमानता मिलती है। आंगिक साइकोसिस संक्रामक (infectious), निर्माणात्मक (metabolic), आघातिक (traumatic), रक्त-विकार जन्य या मद्य और विष जन्य हो सकते हैं।

संक्रामक साइकोसिस

सामान्य पैरेसिस—संक्रामक (infectious) साइकोसिस का एक स्पष्ट उदाहरण वेन्द्रीय स्नायु-प्रवन्ध में उपदंश (syphilis) होने के कारण कोर्टेक्सिय क्षति का होना होता है। उपदंश के कारण कोर्टेक्सिय क्षति जन्य साइकोसिस को सामान्य पैरेसिस (General Paralysis) कहा जाता है। सामान्य पैरेसिस का काफी अध्ययन किया जा चुका है और उसके विभेदीकरण और वर्गीकरण अनेक ग्रंथों में किया गया है जिनमें यह पता चलता है कि पैरेसिस के किसी

विशिष्ट रूप के लक्षणों के प्रकट होने पर रोगी के अतीत जीवन का बड़ा प्रभाव पड़ता है। सामान्य पैरेसिस के विभेदीकृत सब रूपों के विशेष लक्षणों का वर्णन ज्यादा महत्वपूर्ण नहीं है, केवल कुछ प्रमुख विशेषताओं को जान लेना काफी है।

पैरेसिस के रोगी में व्यक्तित्व का धीरे-धीरे ह्रास होने लगता है। रोग के प्रारम्भ में रोगी देर तक ध्यान नहीं लगा पाता और बाद में तो त्रिक्कुल नहीं लगा पाता। उसके लिए सीखना कठिन हो जाता है और उसकी स्मरण-शक्ति घटने लगती है। वह जल्दी थकने लगता है। उसमें पहनने-ओढ़ने और अपने शरीर की देखभाल के प्रति विराग पाया जाता है। ज्यो-ज्यो उसकी कोर्टेक्स का ज्यादा भाग विकृत होता जाता है त्यों-त्यों उसमें अपनी प्रबल इच्छाओं का अवरोध करने की शक्ति कम होती चली जाती है। उसकी लिखावट टेढ़ी-मेढ़ी और आवाज मोटी होने लगती है। उसकी आँख प्रकाश के प्रति ठीक से प्रतिक्रिया नहीं कर पाती।

रोगी के ये उपर्युक्त लक्षण धीरे-धीरे अतिरजित होते जाते हैं। उसे महानता-हठभ्रम (*delusions of grandeur*) भी होने लगते हैं। उनकी स्मरण-शक्ति यहाँ तक विकृत हो जाती है कि वह अपना नाम तक नहीं बता पाता। उसके मासपेशीय न्यास की स्वाभाविकता नष्ट होने लगती है जिससे वह उठ-बैठ नहीं पाता और केवल एक लट्टे की तरह पड़ा रहता है। मासपेशीय-आकुचन के कारण वह अपने हाथ-पैरों को बड़ी बेतुकी तरह से समेटे रहता है। पैरेसिस की प्रारम्भिक अवस्था का एक केस देखिए

केस २८—सैंतालिस साल का एक क्षीणकाय श्रमिक। परीक्षण द्वारा उसे उपदश (*syphilis*) होने का सबूत मिला है। चलते-फिरते समय उसके घुटनों की मासपेशियों में अतिरजित आकुंचन और प्रसार होता है। आँखें प्रकाश की विभिन्न मात्रा के प्रति ठीक से प्रतिक्रिया नहीं कर पाती। आवाज मोटी, भारी और कर्कश है। ओठों में फड़कन होती है। पेशाब रोक सकने में कठिनाई होती है। रोगी अत्यन्त उद्दीप्त रहता है और अपनी उम्र सत्तानवें साल बताता है। उसका दावा है कि उसकी पत्नी ने पाँच जुड़वाँ बच्चों को जन्म दिया था। अपने सम्बन्धियों की संख्या ६५६ बताता है जिनमें ८४ तो उसके भाई हैं और ३१९ बहनें। कहता है कि उसके ३८७ चचा हैं, ५०६ चाचियाँ हैं, २५० बाबा हैं और ४४० दादियाँ हैं। अस्पताल के प्रत्येक कर्मचारी को पचास हजार रुपए देने का वादा करता है और मंगलग्रह पर अपना एक बहुत बड़ा कारखाना और भारी जायदाद होने की बातें करता है। तारीख गलत बताता है। कहता है कि

उसे अस्पताल में आए दो महीने हो चुके हैं जबकि हुए केवल ग्यारह दिन हैं। इससे पता चलता है कि उसे स्थान का ज्ञान तो है लेकिन समय का नहीं।

यद्यपि पैरेसिस में होने वाला मानसिक ह्रास बिना उपचार के भी कभी-कभी रुक जाता है और रोगी प्रकृत जीवन बिताने योग्य बन जाता है किन्तु उपचार के अभाव में रोग फिर प्रकट हो सकता है और तब उसका उपचार मौत ही कर सकती है। चिकित्सको ने पैरेसिस की वृद्धि और विकास को रोकने के उपाय मालूम कर लिए हैं। कृत्रिम उपायो से रोगी का शारीरिक तापक्रम बढ़ाकर या उसे मलेरियाग्रस्त बनाकर पैरेसिस की वृद्धि और विकास को रोकने में सफलता मिली है। इन उपायो से रोगी का जितना मानसिक ह्रास हो चुकता है उसे तो पूरा नहीं किया जा सकता किन्तु उसकी वृद्धि को रोक कर रोगी को प्रकृत जीवन बिताने योग्य बना दिया जाता।

एन्सीफैलिटिस—सक्रामक साइकोसिस का दूसरा उदाहरण एन्सीफैलिटिस (Encephalitis) रोग है। इस रोग में स्नायु-प्रबन्ध के उपदशी (syphilitic) होने से व्यक्तित्व विकृत हो जाता है। एन्सीफैलिटिस रोग इनफ्लूएन्जा (influenza) से सम्बन्धित मालूम पड़ता है। रोग का उग्र रूप प्रकट होने के पहले सिर दर्द और बेचैनी मालूम होती है, जाड़ा-सा लगता है और कभी कभी दृष्टिरोध, डिप्लोपिया (diplopia) और दृष्टि-असंगठन भी हो जाता है। एन्सीफैलिटिस के लक्षण दो रूपों में प्रकट हो सकते हैं एक तो अतिशय शारीरिक शिथिलता, जड़ता या मूर्च्छा के रूप में और दूसरे उद्दीपन के रूप में।

पहले रूप में पाए जाने वाले लक्षणों के आधार पर एन्सीफैलिटिस (Encephalitis) का प्रचलित नाम निद्रा-रोग (sleeping sickness) भी पड़ गया है। किन्तु इस रोग की निद्रा-सम अवस्था और प्रकृत निद्रा में बड़ा अन्तर होता है। एन्सीफैलिटिस को निद्रा-रोग कहना इसलिए भ्रामक है कि निद्रा इस रोग का कोई अनिवार्य लक्षण नहीं होती। रोग के पहले रूप में मानसिक क्रियाओं का ह्रास हो जाता है और अक्सर पक्षाघात (paralysis) भी हो जाता है। दूसरे रूप में रोगी बहुत बेचैन और चिड़चिड़ा बन जाता है। उसे नौद मुश्किल में लगती है और उसकी मांसपेशियों में अनियमित उद्दीपन भी हो सकता है।

एन्सीफैलिटिस (Encephalitis) रोग बच्चों के मानसिक विकास के लिए बड़ा घातक होता है। इस रोग से बोधवाहक-स्नायु निष्क्रिय हो सकते हैं किन्तु रोग का ज्यादा कुप्रभाव केन्द्रीय प्रभावकीय क्रियाओं पर पड़ता है। कभी-

कभी रोगी की मुखाकृति और शारीरिक मुद्रा बिल्कुल निर्जीव-सी और भाव-शून्य हो जाती है। इस रोग का उत्तर-प्रभाव (after-effect) भी बहुत बुरा होता है और उसके कारण रोगी के व्यक्तित्व में काफी परिवर्तन हो जाता है। आत्म-नियन्त्रण के लिए अवरोध (inhibition) आवश्यक होता है। एन्सीफैलिटिस के रोगी में 'अवरोधो का पक्षाघात' (paralysis of inhibitions) हो जाता है। अवरोधो के पक्षाघात और मानसिक ह्रास होने से रोगी की परिपक्वता नष्ट हो जाती है जिससे उसका व्यवहार अनियन्त्रित और बच्चो के स्तर का बन जाता है। रोग के उत्तर-प्रभाव के कारण रोगी में अपने सामाजिक उत्तरदायित्वो के प्रति पहले की सी जागरूकता और तत्परता नहीं रह जाती।

निर्माणात्मक साइकोसिस

मानसिक स्वास्थ्य शारीरिक निर्माण (metabolism) पर निर्भर होता है। शारीरिक निर्माण और विकास पर शरीरस्थ कोषो और ग्लैंडो की रासायनिक क्रियाओ का प्रभाव पड़ता है जिनके कारण छोटा-सा बच्चा विकसित होकर एक भीमकाय आदमी बन जाता है। कोषो और ग्लैंडो की विकासात्मक क्रियाओ के दूषित हो जाने से जो मानसिक विकार उत्पन्न हो जाते हैं उन्हें निर्माणात्मक (metabolic) साइकोसिस कहा जाता है।

स्नायु-प्रबन्ध के प्रसंग में थायरायड, पिच्युइचरी, ऐड्रीनल आदि विभिन्न ग्लैंडो की क्रियाओ का शारीरिक और मानसिक विकास एवं परिपक्वता में जो महत्व होता है और जो प्रभाव पड़ता है उस पर विचार किया जा चुका है। विभिन्न ग्लैंडो के कार्य-दोष से विभिन्न प्रकार के अप्रकृत लक्षण प्रकट होते हैं। प्रत्येक ग्लैंड के कार्य-दोष से उत्पन्न होने वाले सब विकारो को जानना अनावश्यक-सा है अतः उदाहरण के लिए थायरायड ग्लैंड के कार्य-दोष से उत्पन्न होने वाले केवल एक विकार को जान लेना ही पर्याप्त होगा।

थायरायड ग्लैंड के कार्य-दोष से शरीर में अनेक प्रकार की विरूपताएँ आ जाती हैं। उनमें से एक विरूपता को क्रेटिनिज्म (cretinism) कहा जाता है। क्रेटिनिज्म के लक्षण जन्म या जन्म के जरा बाद से ही पाए जाने लगते हैं। क्रेटिन (cretin) बच्चा जड़-बुद्धि होता है। वह बौना रह जाता है, उसका सिर बड़ा होता है, पैर छोटे और कुछ टेढ़े-से होते हैं, हाथ-पैर लकड़ी के समान सूखे और विरूप, बाल रूखे और खाल पीली-पीली सी होती है।

आघातिक साइकोसिस

जो साइकोसिस सिर में चोट लगने से उत्पन्न हो जाते हैं उन्हें आघातिक (traumatic) साइकोसिस कहा जाता है। सिर में चोट लगने से मनो-वैज्ञानिक क्रियाओं में अनेक प्रकार के विकार हो सकते हैं। स्नायु-प्रबन्ध के प्रसंग में यह देखा जा चुका है कि मनस् के दीर्घ भाग में अलग-अलग स्थानों पर विभिन्न सवेदनो के केन्द्र होते हैं। मानसिक आघात के परिणामस्वरूप जिस सवेदन केन्द्र को क्षति पहुँचती है उस केन्द्र से सम्बन्धित क्रियाएँ विकृत हो जाती हैं। सवेदनो को संयुक्त, सरिलिष्ट और सशोधित करके उन्हें नाम, रूप, गुण आदि से सविशेष तथा सार्थक बनाने का काम कोर्टेक्स (cortex) द्वारा होता है। कोर्टेक्स पर आघात पहुँचने से उसमें स्थिति-विशेष के अनुरूप जो सशोधन हुए थे वे नष्ट हो सकते हैं और इस प्रकार तत्सम्बन्धी क्रियाएँ असंतुलित बन सकती हैं। दीर्घभाग के अध्ययन के प्रसंग में वाक्भ्रम (aphasia), दृष्टि विकारों के प्रसंग में एम्ब्लियोपिया (amblyopia), डिप्लोपिया (diplopia) आदि और याद रखने के प्रसंग में जिन विकारों पर विचार किया जा चुका है उनका कारण कोर्टेक्सीय क्षति होता है।

कोर्टेक्स के नीचे के भाग (१) सायास (voluntary) क्रियाओं और (२) अनायास प्रक्षिप्त क्रियाओं का नियंत्रण करते हैं। मानसिक आघात के कारण अगर अनायास प्रक्षिप्त क्रियाएँ नहीं हो पाती तो रोगी मूर्च्छित हो जाता है और सायास प्रक्षिप्त क्रियाओं के न हो सकने से रोगी में जड़ता आ जाती है। जड़ता की अवस्था में रोगी की अनायास प्रक्षिप्त क्रियाएँ तो होती रहती हैं किंतु वह सायास प्रक्षिप्त क्रियाओं से सम्बन्धित व्यवहार नहीं कर पाता। आघातिक साइकोसिसों से यह भली भाँति स्पष्ट हो जाता है कि आगिक साइकोसिस की अभिव्यक्ति कार्यात्मक रूप में होती है।

रक्त-विकार जन्य साइकोसिस

मानसिक कार्य-कुशलता बहुत सी शारीरिक प्रक्रियाओं पर निर्भर होती है। मानसिक कार्य-कुशलता के लिए मस्तिष्क के कोषों में पर्याप्त मात्रा में आक्सीजन का पहुँचना बहुत आवश्यक होता है। आक्सीजन की पर्याप्त मात्रा न मिलने में मस्तिष्क के कोषों की सक्रियता नष्ट होने लगती है। आक्सीजन के अभाव को वैज्ञानिक शब्दावली में एनोक्सिया (anoxia) कहा जाता है। जन्म के समय एनोक्सिया होने के कारण मानसिक विकास रुक जाने के प्रमाण मिलते हैं।

मानसिक कार्य-कुशलता की दूसरी आवश्यकता रक्त के दीर्घभाग में रक्त शर्करा (blood sugar) का पहुँचना होता है। रक्त शर्करा को दीर्घभाग

में पहुँचाने का काम धमनियो (arteries) द्वारा होता है। अगर धमनियों में कोई विकार हो जाय तो दीर्घभाग में रक्त की पर्याप्त मात्रा नहीं पहुँच सकेगी और उससे लगभग वही अप्रकृत लक्षण प्रकट होंगे जो मधुमेह (diabetes) रोग में होते हैं, जैसे चेतनाशून्य होना या शारीरिक अंगों का अकड़ जाना, आदि।

धमनियो के विकार को धमनी-काठिन्य (arteriosclerosis) कहा जाता है। धमनी-काठिन्य से दीर्घभाग में आक्सीजन और रक्त की पर्याप्त मात्रा नहीं पहुँच पाती जिससे मानसिक कार्य-कुशलता घटने लगती है। धमनी-काठिन्य से मस्तिष्क में अन्य विकार भी हो जाते हैं जैसे भूरे-पदार्थ (gray matter) का जगह जगह फूल-सा जाना, इत्यादि। मस्तिष्क के इन विकारों से चिंतन, कल्पना, याद रखना, अवधान और संचारीभाव आदि मनोवैज्ञानिक क्रियाएँ दूषित हो जाती हैं और रोगी को चिकित्सालय में रखना आवश्यक हो जाता है।

धमनी-काठिन्य (arteriosclerosis) अधिकतर वृद्धावस्था में होता है और उसके कारण व्यक्ति की मति फिर जाती है। वह अपना काम बुद्धिमानी से नहीं कर पाता और दूसरों के बहकाने में बहुत जल्दी आ जाता है। प्रचलित भाषा में कहा जाता है कि वह सठिया गया है। सठिया जाने से वह आत्मनियंत्रण खो बैठता है और समाज-विरोधी व्यवहार कर सकता है। सठियाने के कारण लोग वच्चो तक के साथ व्यभिचार करने से नहीं हिचकते। सठियाने के परिणाम स्वरूप रोगी को अभियोग-हठभ्रम (delusions of persecution) भी हो सकते हैं और वह अपने कल्पित अभियोगियों पर आक्रमण भी कर सकता है।

सठियाने के अन्य रूप—सठियाने का कारण धमनी-काठिन्य ही न होकर वृद्धावस्था की वजह से अंगों में ह्लासोन्मुखी परिवर्तनों का होना भी होता है। सठियाना (senility) अप्रकृत मनोविज्ञान की दृष्टि से ज्यादा महत्व का विषय नहीं है किंतु कुछ ऐसे उदाहरणों का महत्व अवश्य होता है जिनमें रोगी प्रौढावस्था में ही सठिया जाता है। इस प्रकार के केवल दो रूपों को जान लेना पर्याप्त होगा जिनका नामकरण उनकी खोज करने वाले व्यक्तियों के नाम पर किया गया है आल्जाइमर-रोग (Alzheimer's disease) और पिक-रोग (Pick's disease)।

आल्जाइमर-रोग चालिस-बयालिस साल की अवस्था में पाया जाता है। परीक्षणों के आधार पर यह पता चला है कि इस रोग में मस्तिष्क के स्नायु-कोष नष्ट हो जाते हैं। रोगी के व्यवहार में लक्ष्योन्मुखता नहीं रहती, वाक्भ्रश (aphasia) भी हो जाता है और कार्य-कुशलता पर नियंत्रण नहीं रह जाता जिससे वह ताले में चाबी डालने, जूते के फीते बाँधने आदि जैसे साधारण काम

करने के ढंग भी भूल जाता है। रोगी का स्मृति-विस्तार (memory-span) बहुत संकुचित हो जाता है। आल्जाइमर-रोग प्राणघातक होता है और रोगी लगभग तीन साल तक ही बचा रह सकता है।

पिक-रोग पचास-पचपन साल पर होता है और रोगी दस साल तक ही चल पाता है। पिक-रोग में मस्तिष्क के स्नायु-कोषों के नष्ट होने के साथ-साथ अन्य अप्रकृत लक्षण भी पाए जाते हैं। पिक-रोग में स्मृति-विकार भी पाए जाते हैं किंतु उनमें और आल्जाइमर रोग में पाए जाने वाले स्मृति-विकारों में अन्तर होता है। [पिक-रोगी को स्मृति के साधारण परीक्षणों में कठिनाई नहीं होती, कंभी केवल इस बात की होती है कि रोगी एक स्थिति में जो सीखता है उसका उपयोग जरा परिवर्तित स्थिति में नहीं कर पाता। एक रोगी अपने कमरे के एक विशेष द्वार से पेशाब खाने तक जाने का निश्चित मार्ग जानता था किंतु किसी अन्य द्वार से जाने पर भूल जाता था। दूसरे, वह कागज पर कमरे से पेशाब खाने तक के मार्ग का नक्शा भी नहीं बना पाता था। पिक-रोग में रोगी अपनी स्मृति-प्रतिमाओं का उपयोग एक स्थिति से दूसरी स्थिति में नहीं कर पाता और यही पिक रोग की विशेषता होती है।

मद्य और विष जन्य साइकोसिस

शराब, कोकीन, अफीम और इसी प्रकार के अन्य विषैले पदार्थों का केन्द्रीय स्नायु-प्रवन्ध पर जो अस्वस्थकर रासायनिक प्रभाव पड़ता है उससे बहुत से अप्रकृत लक्षण प्रकट होने लगते हैं। प्रयोगों के आधार पर यह पता चला है कि शराब की थोड़ी मात्रा का प्रभाव उच्च मानसिक क्रियाओं की अपेक्षा साधारण क्रियाओं पर ज्यादा पड़ता है। शराब पीने से नाडी की गति तेज हो जाती है जिससे शराब को उत्तेजक समझा जाता है। शराब का प्रभाव केन्द्रीय स्नायु-प्रवन्ध के अवरोधक (inhibitory) और नियंत्रणकारी कार्यों को शिथिल कर देता है और इसीलिए शराब उत्तेजक लगती है। अवरोधक कार्यों के कारण ही आत्मनियंत्रण रखना सम्भव होता है। अवरोधक कार्यों के शिथिल हो जाने से शराबी अपने ऊपर नियंत्रण नहीं रख पाता और अपनी उद्दाम इच्छाओं को रोक सकने में असमर्थ हो जाता है। उसके अवधान का विस्तार घट जाता है और मांसपेशीय नियंत्रण कमजोर पड़ जाता है जिगने वह लटपटाने लगता है। कोर्टेक्सीय नियंत्रण के अभाव से उसका व्यवहार वच्चों के स्तर का हो जाता है। उसे दृश्य-मतिभ्रम भी होने लगते हैं।

मनोवैज्ञानिक दृष्टि ने मद्य और विष जन्य साइकोसिस में डियरिलीम ट्रेमेन्स (Delirium Tremens) और कोर्साकोफ (Korsakoff)

साइकोसिस का बड़ा महत्व है। डिलीरियम ट्रेमेन्स के रोगी को खूँखार कुत्ते, भयानक साँपों और अन्य कीड़ों का मतिभ्रमात्मक दर्शन होने लगता है। जिससे उसे बड़ा डर लगता है। उसकी अन्य सब क्रियाएँ उसके मतिभ्रमात्मक डर के कारण अप्रकृत हो जाती हैं। रोगी को समय और स्थान की सुविधा नहीं रह जाती और वह अपने अप्रकृत काल्पनिक जगत का निवासी बन जाता है।

कोर्साकोफ़ साइकोसिस में रोगी की स्मृति विकृत हो जाती है। रोगी जो कुछ करता है उसे थोड़ी देर बाद बिल्कुल भूल जाता है। खाना खाने के कुछ देर बाद वह यह नहीं बता सकता कि उसने खाना खा लिया है। रोगी कभी कभी रोग के पहले की घटनाओं का पुनरावर्तन भी नहीं कर पाता।

आठवाँ खण्ड

परिशिष्ट

सम्मोहन और निर्देशन

हिस्टीरिया के प्रसंग में निर्देशन (suggestion) के महत्व का उल्लेख किया गया था। निर्देशन बड़ा रोचक और विस्तृत विषय है। यहाँ निर्देशन के एक विशेष रूप सम्मोहनावस्था (hypnosis) पर विचार कर लेना काफी होगा क्योंकि मनोविज्ञान में सम्मोहन (hypnotism) का इतिहास भी कम रोचक नहीं रहा है। निर्देशन और सम्मोहन किसी न किसी रूप में सदा प्रचलित रहे हैं और मानवो जीवन में उनका कुछ न कुछ महत्व भी रहा है। भाड-फूँक करके भूत उतारना आदि निर्देशन और सम्मोहन के ही आज तक प्रचलित अ्रवैज्ञानिक रूप हैं। सम्मोहन से सम्बन्धित अनेक समस्याओं के समाधान के मतभेदों को छोड़कर तत्सम्बन्धी केवल कुछ मुख्य बातों का संक्षिप्त परिचय कर लेना यथेष्ट होगा।

संक्षिप्त इतिहास—सम्मोहन का आधुनिक रूप मेस्मर की खोजों का परिवर्तित और सशोधित रूप है। मेस्मर वियना का एक चिकित्सक था और अपने रोगियों का उपचार उनके शरीर पर चुम्बक (magnet) रखकर किया करता था। मेस्मर ने यह देखा कि उसकी उपस्थिति में रोगी जिस वस्तु को छूता था या जिसके सम्पर्क में आता था उसका रोगी पर निश्चित प्रभाव पड़ता था और वह अन्य वस्तुओं या व्यक्तियों के होने पर भी उनके प्रति विमुख रहता था। इससे मेस्मर ने यह गलत धारणा बनाई कि उसके शरीर से कोई शक्ति प्रवाहित होती है जो रोगी को भी प्रभावित करती है। मेस्मर ने उस शक्ति का स्वरूप तरल और भौतिक माना। मेस्मर का यह विश्वास भी था कि उस शक्ति से किसी निर्जीव पदार्थ जैसे चुम्बक को भी प्रभावित किया जा सकता है और तत्पश्चात् चुम्बक भी वही काम कर सकता है जो चिकित्सक करता है। मेस्मर की यह खोजें उसी के नाम पर मेस्मेरिज्म (Mesmerism) नाम से विख्यात हो गईं। परिस्थितियोंवश १७७८ में मेस्मर को पेरिस जाना पड़ा। वहाँ उसे काफी ख्याति मिली और उसके बहुत से अनुयायी बन गए।

और तब मेस्मेरिज्म को लेकर बड़ा भारी विवाद और मतभेद पैदा हो गया। एक वर्ग मेस्मेरिज्म को अवैज्ञानिक बताकर उसकी निन्दा और दूसरा वर्ग मेस्मेरिज्म की व्याख्या पर पारस्परिक मतभेद रखते हुए भी उसकी सराहना करने लगा। बाद में १८४१ में जेम्स ब्रैड के अध्ययन और प्रयोगों के परिणामस्वरूप मेस्मेरिज्म को कुछ वैज्ञानिक मान्यता मिली और मेस्मेरिज्म को सम्मोहन (hypnotism) नाम से सम्बोधित किया जाने लगा। किन्तु ब्रैड के प्रयत्नों के बावजूद भी सम्मोहन कई दशकों तक उपेक्षनीय विषय बना रहा।

सम्मोहन को आज जो वैज्ञानिक स्थान मिल चुका है उसका श्रीगणेश १८८० में फिर उठने वाले विवाद से हुआ था। वह विवाद सम्मोहनावस्था (hypnosis) के स्वरूप के विषय में उठा था। पेरिस-विचारधारा के प्रवक्ता शारको का यह कहना था कि हिस्टीरिया और सम्मोहनावस्था में घनिष्ठ सम्बन्ध होता है और नान्सी-विचारधारा के प्रवक्ता बर्नहाइम का यह मत था कि हिस्टीरिया और सम्मोहनावस्था में कोई अनिवार्य घनिष्ठ सम्बन्ध नहीं होता। इस प्रश्न के निश्चय के लिए तब से सम्मोहन का विशद् अध्ययन किया गया है और अन्ततोगत्वा बर्नहाइम के मत को अधिक उपयुक्त माना जा चुका है।

सम्मोहित करना—सम्मोहनावस्था कृत्रिम साधनों द्वारा उत्पन्न की गई नींद के समान एक अवस्था होती है जिसमें सम्मोहित पात्र सम्मोहक के निर्देशनों (suggestions) के अनुकूल काम करने लग जाता है। सम्मोहन एक स्वाभाविक वैज्ञानिक क्रिया होती है और उसके पीछे कोई रहस्य या आधिभौतिक आधार नहीं होता। सम्मोहित करने का कोई एक निश्चित तरीका नहीं होता। सम्मोहक अलग अलग तरीके अपना सकते हैं। सम्मोहित करने के पहले पात्र में अंगों को ढीला करके आराम से बैठ या लेट जाने को कहा जाता है। सम्मोहन के समय पात्र के मन में कोई आकुलता, भय, घबड़ाहट या शका नहीं होनी चाहिए। उसे शांत और निर्द्वन्द्व होना चाहिए और सम्मोहक को अपना पूरा सहयोग देना चाहिए। अगर पात्र सदेह या विरोध करता हो तो उसे सम्मोहित नहीं करना चाहिए क्योंकि सम्मोहन की सफलता के लिए पात्र का पूरा सहयोग मिलना नितान्त आवश्यक होता है।

पात्र को उपयुक्त उपग्रहों द्वारा तैयार किये सम्मोहक पात्र की दृष्टि-मार्ग के जरा ऊपर दो तीन फीट दूर कोई प्रकाश-विन्दु, श्याम-पट पर सफेद विन्दु, पतनी-नीं बोनल या घनी तरह की कोई अन्य वस्तु रखकर पात्र से

उस वस्तु की ओर ध्यानपूर्वक टकटकी लगाकर देखने को कहता है। तीन-चार मिनट बाद सम्मोहक अपना काम शुरू करते हुए पात्र से यह कहता है: “तुम्हारी पलके भारी और उनीदी हो रही हैं, तुम्हारे अंग शिथिल पड़ रहे हैं, तुम्हारी नाडी की गति धीमी हो रही है, तुम्हें धीरे-धीरे नींद आ रही है।” पात्र की पलके गिरते देखकर सम्मोहक अपना निर्देशन और भी ऊँचे स्वर से देने लगता है: “तुम्हारी पलकें बन्द हो चुकी हैं, तुम्हारे हाथ-पैर भारी पड़ चुके हैं, तुम्हारा सारा शरीर शिथिल हो गया है, तुम्हें गहरी नींद आ रही है।” सम्मोहक उपर्युक्त निर्देशन पात्र की पलके बन्द हो जाने पर भी कई मिनट तक देता रहता है।

सम्मोहनावस्था की पहचान—सामान्यतः सम्मोहनावस्था (hypnosis) की तुलना निद्रावस्था से की जाती है किन्तु दोनों में बड़ा अन्तर होता है जो निम्नलिखित उदाहरण से स्पष्ट हो जायगा मान लीजिए किसी बीमार बच्चे की माँ रातभर उसके सिरहाने बैठी रहती है। देर तक जागते रहने और थक जाने से वह रह रहकर ऊँघने लगेगी। ऊँघते समय वह चारों ओर होने वाले शोरगुल के प्रति तो उपेक्षित रहेगी किन्तु बच्चे की जरा-सी कराह भी फौरन सुन लेगी और सजग हो जायगी। इसका कारण उसके अवधान का विन्यास (set) होता है जो बच्चे के प्रति बन जाता है। बच्चे की माँ का इस प्रकार सोना ‘प्रकृत’ ढंग से सोने का उदाहरण नहीं है। इसी प्रकार सम्मोहनावस्था भी ‘प्रकृत’ ढंग से सोने का उदाहरण नहीं होती। जिस प्रकार माँ सोते-सोते भी केवल अपने बच्चे के प्रति सजग रहती है उसी प्रकार सम्मोहित पात्र केवल सम्मोहक के निर्देशनों के प्रति सजग रहता है। अन्तर केवल इतना ही होता है कि बच्चे की माँ को थक जाने के कारण आराम करने के लिए सोने की जरूरत होती है किन्तु सम्मोहन में पात्र को सोने की कोई जरूरत नहीं होती क्योंकि वह न तो थका होता है और न आराम करने की अपेक्षा रखता है।

सम्मोहन और नींद में ऊपरी समानता होने से यह पता लगाना कठिन होता है कि पात्र ठीक से सम्मोहित हो चुका है या नहीं। इसे जानने के लिए सम्मोहक सम्मोहित पात्र पर निर्देशनग्राह्यता (suggestibility) के कुछ परीक्षण करता है। उदाहरण के लिए सम्मोहक पात्र से कहता है कि उसकी पलकें गोद लगाकर बन्द कर दी गई हैं और वह भरसक प्रयत्न करके भी उन्हें नहीं खोल सकता। अगर पात्र अच्छी तरह सम्मोहित हो चुका होता है तो वह भरसक कोशिश करने पर भी अपनी पलकें नहीं खोल पाता। किन्तु हो सकता है कि वह सम्मोहक को धोखा देने के लिए केवल बत रहा हो।

इसका निश्चय करने के लिए सम्मोहक उसे 'और हर तरह से सोते रहने' को कहकर केवल आँखें खोलने का निर्देशन देता है। अगर पात्र पूरी तरह सम्मोहित हो चुका होगा तो वह सम्मोहक के निर्देशन को स्वीकार करके आँखें तो खोल देगा किन्तु उसकी आँखों में भावशून्यता होगी और चेहरा वैसा ही होगा जैसा सोते हुए व्यक्ति का होता है।

सम्मोहनावस्था की कुछ विशेषताएँ—अच्छी तरह सम्मोहित करने के बाद पात्र की प्रतिक्रियाओं में कुछ ग्राहकीय और प्रभावकीय विशेषताएँ उत्पन्न की जा सकती हैं। एक विशेषता यह होती है कि पात्र सम्मोहक के निर्देशन को छोड़कर किसी अन्य व्यक्ति निर्देशन को नहीं मानता। सम्मोहक अगर यह निर्देशन दे कि पात्र को कान में खुजली लग रही है तो पात्र अपना कान खुजलाने लगेगा, किन्तु दर्शकों में से किसी व्यक्ति द्वारा ऐसा निर्देशन मिलने पर पात्र कोई प्रतिक्रिया नहीं करेगा मानो वह उस व्यक्ति की बात सुन ही न रहा हो या उसकी उपेक्षा कर रहा हो। इससे स्पष्ट है कि सम्मोहक और पात्र के बीच कोई विशेष सम्बन्ध स्थापित हो जाता है जिसके कारण पात्र सम्मोहक के निर्देशन को छोड़कर अन्य किसी व्यक्ति के निर्देशन के अनुसार प्रतिक्रिया नहीं करता। सम्मोहक और पात्र के बीच स्थापित होने वाले इस विशेष सम्बन्ध को चित्ताकर्षण (rapport) कहा जाता है क्योंकि पात्र का चित्त और सब ओर से हटकर केवल सम्मोहक की ओर आकर्षित रहता है और सम्मोहक को छोड़कर अन्य कोई व्यक्ति पात्र के चित्त को अपनी ओर आकर्षित भी नहीं कर सकता।

स्कडूगल ने चित्ताकर्षण (rapport) को सम्मोहन का मुख्य लक्षण माना है। स्कडूगल के अनुसार सम्मोहन द्वारा पात्र की आत्मनिवेदन (self-submission) की मूलप्रवृत्ति तीव्रता से जाग्रत हो जाती है और उसके बशीभूत होकर पात्र सम्मोहक के प्रत्येक निर्देशन को मानने लगता है। प्रयोगात्मक खोजों के आधार पर चित्ताकर्षण का पुराना अर्थ बदल चुका है और अब चित्ताकर्षण (rapport) को सम्मोहन का मुख्य लक्षण नहीं माना जाता। चित्ताकर्षण सम्मोहित पात्र के बोधवाहक क्षेत्र के अत्यन्त सजुचित हो जाने का परिणाम होता है जिसके कारण पात्र सम्मोहक के प्रतिरिक्त अन्य उत्तेजनाओं के प्रति जागरूक रह सकने में अक्षम बन जाता है। चित्ताकर्षण पर पात्र के पूर्वस्थापित विद्वानों और मनोवृत्ति का निश्चित प्रभाव पड़ सकता है जिससे यह और भी स्पष्ट हो जाता है कि चित्ताकर्षण सम्मोहन का उतना आवश्यक लक्षण नहीं है जितना कि उसे माना जाता रहा है।

निर्देशन द्वारा पात्र में भ्रम और मतिभ्रम उत्पन्न कर सकना सम्मोहन की कुछ और विशेषताएँ होती हैं। सम्मोहक निर्देशन देता है कि पात्र को बड़ी भूख लगी है। इसके बाद पात्र को कागज का टुकड़ा देकर कहता है कि यह रोटी है और पात्र कागज को रोटी समझकर बड़े चाव से खाने लगता है। निर्देशन के प्रभाव से पात्र को कागज के टुकड़े में रोटी का भ्रम हो जाता है। अब मतिभ्रम का एक उदाहरण लीजिए। सम्मोहक खाली दीवार की ओर इशारा करके पात्र से दीवार-घड़ी में समय देखने को कहता है। पात्र दीवार को देखकर समय बता देता है जबकि दीवार पर कोई घड़ी नहीं होती क्योंकि निर्देशन के कारण पात्र को दीवार पर घड़ी होने का मतिभ्रम हो जाता है।

निर्देशन द्वारा सम्मोहित पात्र में कैटेलेप्सी (catalepsy) और एनेस्थीसिया (सवेदनशून्यता) भी उत्पन्न की जा सकती है। कैटेलेप्सी की हालत में मासपेशियों की स्वाभाविक आकुचन-प्रसारण क्षमता नष्ट हो जाती है और उनमें मोम की तरह की कठोरता आ जाती है। सम्मोहक पात्र की बांह उठाकर फैला देता है। बांह बिना किसी सहारे के बड़ी देर तक उसी प्रकार फैली रहती है जिस प्रकार उसे फैला दिया जाता है। एनेस्थीसिया (सवेदनशून्यता) पात्र के किसी भी ग्राहक में पैदा की जा सकती है। दृश्य-एनेस्थीसिया का एक उदाहरण देखिए। सम्मोहक किसी व्यक्ति को कुर्सी पर बिठा देता है फिर कुर्सी 'खाली' है कहकर पात्र को उस पर बैठने का आदेश देता है। पात्र कुर्सी पर बैठे व्यक्ति की गोद में निस्सकोच बैठ जाता है मानो उसे देख ही न रहा हो। कुर्सी पर आराम से न बैठ सकने से पात्र को कुछ दिक्कत अवश्य हो सकती है किन्तु फिर भी यह नहीं जान पाता कि वह किमी के ऊपर बैठा है। इसी प्रकार पात्र में श्रवण, गन्ध, स्वाद, पीडा आदि के प्रति एनेस्थीसिया उत्पन्न की जा सकती है।

सम्मोहनावस्था (hypnosis) में कृत्रिम रूप से स्मृति-विकार भी पैदा किए जा सकते हैं। सम्मोहनावस्था टूटने पर पात्र को साधारणतः सम्मोहनावस्था में होने वाली घटनाओं की याद नहीं रहती। सम्मोहनावस्था में व्यक्ति ऐसी ऐसी बातों का पुनरावर्तन कर लेता है जो जाग्रतावस्था में लाख प्रयत्न करने पर भी नहीं कर पाता। कुछ विद्वान इसका कारण अवधान के अत्यन्त संकुचित हो जाने को मानते हैं। सम्मोहनावस्था में स्मृति का विघटन भी किया जा सकता है। एक सम्मोहक ने अपने पात्र को यह निर्देशन दिया कि भाषा में स्वर नहीं होते और पात्र स्वरों को विल्कुल भूल गया। इसके बाद पात्र से उसका नाम लिखने को कहा गया। पात्र ने नाम लिखने में केवल व्यंजनों का प्रयोग किया,

स्वरो का नहीं क्योंकि निर्देशन द्वारा पात्र की भाषा-स्मृति से स्वरो का विघटन करा दिया गया था।

सम्मोहनावस्था में स्मृति पर पड़ने वाले प्रभाव को उत्तर-सम्मोहित निर्देशन (post hypnotic suggestion) द्वारा और अच्छी तरह देखा जा सकता है। सम्मोहनावस्था में पात्र को यह निर्देशन दिया जाता है कि कुछ देर बाद वह सम्मोहक के खाँसने पर कमरे में भाड़ू देने लगेगा। इसके बाद पात्र को सम्मोहनावस्था से 'जगा' दिया जाता है। जागने के बाद पात्र प्रकृत रूप से व्यवहार करता रहता है। कुछ देर बाद सम्मोहक जान-बूझकर खाँस देता है और पात्र उसका खाँसना सुनते ही कमरे में भाड़ू देने लगता है। यह पूछे जाने पर कि कमरा तो बिल्कुल साफ था फिर भाड़ू देने की क्या जरूरत थी पात्र असमञ्जस में पड़ जाता है और अपने विचित्र व्यवहार का कोई स्पष्टीकरण नहीं कर पाता। पात्र को यद्यपि जाग्रतावस्था में सम्मोहनावस्था की घटनाएँ याद नहीं रहती किन्तु सम्मोहनावस्था में पात्र का जिन प्रतिक्रियाओं से सापेक्षीकरण कर दिया जाता है उन्हें वह जाग्रतावस्था में भी करता है। उत्तर-सम्मोहित (post hypnotic) निर्देशनग्राह्यता पर व्यवितगत भेदों का काफी प्रभाव पड़ता है जिससे सभी पात्रों का व्यवहार एक रूप और समान नहीं होता और सभी पात्र सम्मोहक के प्रत्येक निर्देशन का अक्षरशः पालन नहीं करते।

कुछ अन्य महत्वपूर्ण प्रश्न—पहला महत्वपूर्ण प्रश्न यह है कि सम्मोहनावस्था में पात्र द्वारा सम्मोहक के निर्देशनों के अनुसार काम करना अभिनय मात्र होता है या वास्तविक। सम्मोहक के निर्देशन देने पर कि कमरे में गर्मी बढ़ती जा रही है सम्मोहित पात्र को पसीना आने लगता है और बेचैनी होने लगती है। इसी प्रकार अगर पात्र से कहा जाय कि उसके सामने शेर खड़ा है तो पात्र डर से सम्बन्धित प्रतिक्रियाएँ करने लगेगा। क्या पात्र केवल डरने का अभिनय करता है या उसे डर लगने का रागात्मक अनुभव भी होता है? इस प्रसंग में विशेष अध्ययन द्वारा यह प्रमाणित हुआ है कि निर्देशन से स्वचालित स्नायु-प्रबंध की क्रियाएँ प्रभावित हो जाती हैं। सम्मोहक पात्र से कहता है कि उसके दाहिने हाथ की उँगली जलते अंगारे पर रखी जायगी। पात्र की आँखें बन्द रहती हैं और सम्मोहक उनकी उँगली को एक ठंडे कोयले पर रख देता है। पात्र दर्द से झट बुरी तरह चिल्लाने लगता है मानो सचमुच उसकी उँगली अंगारे पर रख दी गई हो। यही प्रयोग अगर पात्र के बाएँ हाथ की उँगली से किया जाय तो पात्र दर्द की प्रतिक्रिया नहीं करता। इसके बाद सम्मोहक पात्र से कहता है कि कुछ देर बाद उनकी उँगली में छाना पद जायगा और सचमुच कुछ देर बाद छाना पद

जाता है। इससे स्पष्ट है कि निर्देशन से स्वचालित स्नायु-प्रबन्ध प्रभावित होता है और चूँकि रागात्मक अनुभव स्वचालित स्नायु-प्रबन्ध की क्रियाओं पर निर्भर होता है इसलिए यह मानना पड़ेगा कि पात्र को दर्द का रागात्मक अनुभव अवश्य होता होगा। किन्तु इस विषय में निश्चित रूप से कुछ कह सकने के लिए अभी पर्याप्त प्रमाण नहीं मिल सके हैं।

दूसरा महत्वपूर्ण प्रश्न यह है कि प्रत्येक व्यक्ति को सम्मोहित किया जा सकता है या नहीं। जैने के विचार से हिस्टीरिक प्रवृत्ति के व्यक्ति को ही सम्मोहित किया जा सकता है। इसके विपरीत बर्नहाइम आदि मनोचिकित्सकों का यह कहना है कि प्रत्येक प्रकृत व्यक्ति को सम्मोहित किया जा सकता है। यद्यपि आजकल बर्नहाइम का मत ही अधिक प्रचलित है किन्तु सम्मोहित होने के लिए पर्याप्त परिपक्वता का होना आवश्यक है। बच्चों, साइकोसिस के रोगियों और दुर्बल बुद्धि के व्यक्तियों को सम्मोहित करना बड़ा दुष्कर होता है क्योंकि एक तो उनमें पर्याप्त परिपक्वता नहीं होती और दूसरे वे सम्मोहक के निर्देशनों को ठीक से समझ नहीं पाते। विभिन्न लोगों में सम्मोहित हो सकने की क्षमता कम या ज्यादा होती है जिसका कारण उनका व्यक्तिगत भेद और सम्मोहक के प्रति विभिन्न स्तर की आस्था का होना होता है।

तीसरा महत्वपूर्ण प्रश्न यह है कि क्या सम्मोहक पात्र से जो चाहे करा सकता है? यह मानने के पर्याप्त प्रमाण हैं कि सम्मोहक पात्र से उसके नैतिक स्वभाव के प्रतिकूल कोई काम नहीं करा सकता। एक जवान लड़की को जब यह निर्देशन दिया गया कि वह अपने सब कपड़े उतार देगी तो उसका व्यवहार हिस्टीरिक बन गया और उसकी सम्मोहनावस्था टूट गई। इसी प्रकार सम्मोहनजन्य मतिभ्रम द्वारा पात्र से चोरी, गिरहकटी, बलात्कार, हत्या आदि करा सकना यद्यपि एक अनिर्णीत प्रश्न है किन्तु इस पक्ष की पुष्टि के लिए ज्यादा प्रमाण उपलब्ध हैं कि सम्मोहित पात्र से अपराध और असामाजिक काम आसानी से नहीं कराए जा सकते।

प्रक्षेपण विधियाँ

मनोविज्ञान का मुख्य लक्ष्य जन्मजात, अर्जित और गत्यात्मक पक्ष के आधार पर निर्मित होने वाले व्यक्तित्व के उद्देश्यात्मक संगठन को समझना होता है। व्यक्तित्व के उद्देश्यात्मक संगठन को व्यवहार के माध्यम से समझा जाता है और उसके लिए मनोविज्ञानियों ने कुछ विशेष उपायों का आविष्कार किया है। उन उपायों द्वारा व्यक्ति के सामने एक ऐसी स्थिति रख दी जाती है जिसमें व्यक्ति को अपने उद्देश्यात्मक संगठन का अपने से बाहर प्रक्षेपण करने का अवसर मिलता है इसलिए उन्हें प्रक्षेपण विधियाँ (Projective techniques) कहा जाता है। प्रक्षेपण विधियों में व्यक्ति के कार्य को गलत या सही बताने वाले प्रश्नोत्तर नहीं होते किन्तु एक नवीन स्थिति होती है जिसके प्रसंग से व्यक्ति के व्यवहार की उद्देश्यात्मक विशेषताओं का पता चलता है।

आपने सिनेमा देखा होगा। सिनेमा में सफेद पर्दे पर रील का प्रक्षेपण कराया जाता है। अगर पर्दा सफेद न हो, समतल न हो और अगर उस पर पहले से ही कुछ बना हो तो रील द्वारा पर्दे पर जो चित्र प्रक्षेपित किए जायेंगे वे ठीक से दिखाई नहीं पड़ेंगे। इसी प्रकार प्रक्षेपण विधियों में व्यक्ति अपना प्रक्षेपण करता है इसलिए उन स्थितियों को जिन पर वह प्रक्षेपण कर रहा हो सिनेमा के पर्दे की भाँति अर्थशून्य और निरर्थक होना चाहिए क्योंकि तभी व्यक्ति के प्रक्षेपण को अच्छी तरह देखा जा सकता है। अतः प्रक्षेपण विधियाँ (Projective techniques) में ऐसी स्थितियों का प्रयोग किया जाता है जो व्यक्ति के लिए अर्थशून्य होती हैं। रेत पर बने पदचिह्नों से जिस प्रकार विभिन्न पशुओं का अनुमानिक ज्ञान हो जाता है उसी प्रकार प्रक्षेपण विधियों से व्यक्ति की माननिक और रागात्मक प्रतिक्रियाओं की विशेषताओं और उसकी मनोवैज्ञानिक गति के प्रवाह की दिशा का पता लगाया जा सकता है।

मनोविज्ञान में प्रचलित बुद्धि, मनोनुकूलता (aptitude), सम्प्राप्ति (achievement), निष्पादन (performance) आदि परीक्षणों के विपरीत प्रक्षेपण विधियों ने व्यक्ति की विभी विविध योग्यता की परीक्षा नहीं की जाती परन्तु उनके सम्पूर्ण व्यक्तित्व की परीक्षा की जाती है। प्रक्षेपण विधियों द्वारा

अप्रकृत व्यक्तित्व और असतुलित व्यवहार के कारणों को जानने में बड़ी सहायता मिलती है । प्रक्षेपण विधियों के अनेक रूप प्रचलित हैं किन्तु यहाँ उनके दो प्रमुख रूपों का संक्षिप्त परिचय ही कराया जायगा ।

रोशार् मस्याकृति परीक्षण—मस्याकृति (Ink Blot) परीक्षण का आविष्कार स्वीजरलैंड के मनोचिकित्सक हर्मन रोशार् ने किया था । रोशार् के मस्याकृति परीक्षण का आधार यह है कि मानवी व्यवहार हमेशा सार्थक होता है । व्यवहार पर सज्ञा करने का बहुत बड़ा प्रभाव पड़ता है । देखने और करने में घनिष्ठ सम्बन्ध होता है और मनुष्य के 'करने' को उसके 'देखने' से अलग करके नहीं समझा जा सकता । व्यक्ति के असतुलित व्यवहार का कारण उसके 'देखने का ढग' होता है । व्यक्ति का व्यवहार वाह्य जगत को देखने के ढग के अनुरूप होता है । व्यक्ति परिवेश को जिस ढग से देखता है उसी प्रसंग में वह परिवेश से अपना साहचर्य बनाता है । मस्याकृति परीक्षण से सज्ञा करने के स्तर पर व्यक्ति की गत्यात्मक दिशा का पता चलता है ।

रोशार् मस्याकृति परीक्षण में दस माननिरूपित मस्याकृतियाँ (Ink Blots) होती हैं । व्यक्तित्व को प्रक्षेपण द्वारा जानने के लिए यो तो व्यक्ति के परिवेश को सर्वथा नहीं बदला जा सकता किन्तु मस्याकृतियों द्वारा उसके सामने एक ऐसा परिवेश उपस्थित कर दिया जाता है जो उसके लिए अपूर्व, अर्थशून्य और तटस्थ होता है । मस्याकृति का अपने आप में कोई अर्थ नहीं होता । उसमें केवल विभिन्न सकेतों की सम्भावना होती है । व्यक्ति मस्याकृति के अनेक सकेतों में से अपने सज्ञा करने के ढग के अनुसार कुछ सकेत चुन लेता है और पूर्व अनुभव की पृष्ठभूमि पर अपने उद्देश्यात्मक मानसिक संगठन का प्रक्षेपण करके चुने हुए सकेतों को सार्थक बनाने की चेष्टा करता है । तुलसीदास से क्षमा माँगते हुए यह कहा जा सकता है कि "जाकी रही भावना जैसी, मस्याकृति देखी तिन तैसी ।"

कुछ मस्याकृतियाँ (Ink Blots) रंगीन भी होती हैं क्योंकि व्यक्ति के रागात्मक अनुभव में रंगों का एक विशिष्ट स्थान होता है । हमें शाम सुहानी भी लगती है और उदास भी, लेकिन क्यों ? अगर आसमान साफ हो और डूबते हुए सूरज की किरणों से वातावरण सुनहला बन गया हो तो शाम सुहानी लगती है । अगर आसमान पर बदली छाई हो और वातावरण में एक धुधलका सा हो तो शाम उदास लगती है । स्पष्ट है कि शाम के सुहाने या उदास लगने का कारण रंगों की चटक और तीव्रता में होता है जो हमारे नेत्रपटल को विभिन्न प्रकार से प्रभावित करके हमें शाम के सुहाने या उदास लगने का

रागात्मक अनुभव कराते हैं। अतः रंगों और रागात्मक अनुभव की घनिष्ठता को अस्वीकार नहीं किया जा सकता।

रोशनी परीक्षण में पात्र को दसो मस्याकृतियाँ बारी बारी से दिखाई जाती हैं और पात्र की प्रतिक्रियाओं का लेखा बनाया जाता है। परीक्षण-विधि का सामान्य परिचय दो पात्रों के मूर्त उदाहरण की तुलना से भलीभाँति हो सकेगा।



चित्र ७६

परीक्षक पात्र अ और पात्र व को चित्र ७६ दिखाकर यह कहता है . 'लोग इस मस्याकृति (Ink Blot) में तरह तरह की चीजें देखते हैं। आपको क्या दिखाई पड़ता है ? आप कैसे देखते हैं और आपके देखने का क्या अर्थ है ? अपने देखने के आधार पर आप क्या सोचते हैं ? आप मस्याकृति को जिघर से घुमाकर देवना चाहे देख सकते हैं। आप मस्याकृति के विषय में जो सोचते हो, जिस तरह सोचते हो, जितनी बार सोचते हो, सब कह सकते हैं।'

पात्र अ का उत्तर—मैं दो आदमियों को आमने-सामने मुँह किए अंगीठी तापते हुए देखता हूँ। मालूम होता है कि दोनों शिकार खेलकर आए हैं और शिकार के हिस्सा-बाँट के लिए आपस में बहस कर रहे हैं।

पात्र व का उत्तर—यह एक ऐसे लड़के का चित्र है जो दूसरे लड़के से कुछ छीन रहा है।

उत्तरों का मूल्यांकन तीन प्रकार से किया जाता है

(१) पात्र ने क्या देखा ? पात्र अ ने 'दो आदमी' और पात्र व ने 'दो लड़के' दिये। दूसरे शब्दों में दोनों पात्रों ने मनुष्य देखे।

(२) पात्र ने मस्याकृति को कैसे देखा ? पात्र अ ने दोनों आदमियों को अंगीठी तापते और शिकार खेल कर आए' देखा और पात्र व ने एक लड़के को दूसरे लड़के से 'कुछ छीनने' देखा।

(३) पात्रों के देखने के पीछे कितनी वास्तविकता थी ? यद्यपि मस्याकृति की आकृतियाँ मनुष्यों से पूर्ण समानता नहीं रखती फिर भी वे बहुत कुछ मनुष्यों के समान हैं। दोनों पात्रों ने मस्याकृति (Ink Blot) में मनुष्य देखे और उनका 'देखना' वास्तविकता से ज्यादा दूर नहीं था। अगर कोई पात्र मस्याकृति में बाज़ा या घोड़ा 'देखता' तो उसका 'देखना' वास्तविकता से बहुत दूर होता।

पात्र अ और ब दोनों ने मस्याकृति में मनुष्य देखे। मनुष्यों को देखना प्रत्यक्ष अनुभव से सम्बन्धित होता है। किन्तु कुछ पात्र ऐसे भी होते हैं जो देश-काल की भौगोलिक सीमाओं के बाहर जाकर 'देखते' हैं और उनके देखने का उनके प्रत्यक्ष अनुभव से कोई सम्बन्ध नहीं होता। उदाहरण के लिए कोई पात्र मस्याकृति (Ink Blot) में 'नरक में दो दैत्यों का मिलन' भी देख सकता है। उसका ऐसा देखना वास्तविकता के समीप तो होगा क्योंकि दैत्यों के रूप की कल्पना मानवीय रूप में जाती है किन्तु इस तरह देखने का पात्र के अनुभव से कोई प्रत्यक्ष सम्बन्ध नहीं होगा। अगर कोई पात्र मस्याकृति में 'नरक में दो दैत्यों का मिलन' देखे तो एक अत्यन्त महत्वपूर्ण प्रश्न पैदा हो जाता है। पात्र ने भौतिक जगत के अनुभवों की उपेक्षा करते हुए एक ऐसे मनोवैज्ञानिक जगत का निर्माण क्यों किया जिसका दैनिक अनुभव से कोई सम्बन्ध नहीं है ?

क्या इस प्रश्न का उत्तर पात्र के उद्देश्यात्मक सगठन की दिशा की ओर सकेत नहीं करता ? पात्र मस्याकृति में जो कुछ देखता है वह सयोग की बात नहीं होती। पात्र का 'देखना' वास्तविक या काल्पनिक रूप से उसकी मनोवैज्ञानिक क्रियाओं का परिचायक होता है। मानवीय परिवेश के असंख्य पक्ष होते हैं और इसीलिए मानवीय व्यवहार में बहुत बड़ी विभिन्नता और विचित्रता होती है। प्रकृत व्यक्ति दसों मस्याकृतियों में परिवेश के अनेक पक्ष और उनके प्रति की जाने वाली क्रियाएँ देखता है। किन्तु मस्याकृतियों में अगर किसी व्यक्ति के 'देखने' के किसी विशेष पक्ष की ही प्रधानता हो तो स्पष्ट है कि वह व्यक्ति अपने 'देखने' से सम्बन्धित व्यवहार या सतुलन के पक्ष से अतिशय प्रभावित है। उदाहरण के लिए अगर पात्र अ मस्याकृतियों में 'शिकार' 'हिस्सा-बाँट' 'बहस करना' या उन्हीं की सामानार्थक अन्य क्रियाएँ देखे तो उसका 'देखना' अवश्य ही तत्सम्बन्धी क्रियाओं से उत्पन्न होने वाली और पात्र के उद्देश्यात्मक सगठन को असंतुलित बना देने वाली किसी समस्या से प्रभावित होगा।

मस्याकृति परीक्षण के मूल्यांकन में प्रतिक्रिया-समय का बड़ा महत्व होता है। मानसिक रोगी के लिए मस्याकृति (Ink Blot) परीक्षण एक कठिन

और थका देने वाली स्थिति होती है जिससे उसे मस्याकृति पर प्रक्षेपण (Projection) करके अपने मानसिक जगत का निर्माण करने में बहुत समय लगता है। परीक्षण में लगने वाली देर का दुखदायी ज्ञान रोगी को स्वयं रहता है और वह ज्ञान भी रोगी के मानसिक जगत का एक अंग होता है। प्रत्येक मस्याकृति रोगी के मन में लगातार तनाव उत्पन्न करती जाती है और तनाव से जल्दी छुटकारा पाने के लिए रोगी पहली मस्याकृति पर जैसा प्रक्षेपण करता है दूसरी मस्याकृतियों पर उसी की पुनरावृत्ति करने लगता है। प्रतिक्रिया-समय में देर लगना इस बात का संकेत होता है कि पात्र की मनोवृत्ति जडतामय है जिससे उसमें आसानी से परिवर्तन या सशोधन नहीं हो सकता और पात्र के देखने के ढंग में कुछ ऐसा स्थायित्व है जो परिवर्तित स्थितियों के अनुरूप शीघ्रतापूर्वक पुनर्व्यवस्थित नहीं हो पाता।

परीक्षण के मूल्यांकन में इस बात का भी बहुत महत्व होता है कि पात्र ने अपने मानसिक जगत का निर्माण पूरी मस्याकृति के आधार पर किया या उसके किसी खण्ड के आधार पर। अगर पात्र मस्याकृति के किसी विशेष खण्ड को ही देखता है तो इसका अर्थ यह है कि उसमें स्थितियों के अन्तर्सम्बन्ध को देखने की क्षमता नहीं है या वह उसकी अवहेलना करता है। ऐसा पात्र स्थिति के गौण पक्षों से इतना चिपका है रहता कि मुख्य पक्षों पर उसकी दृष्टि नहीं पड़ पाती और व्यावहारिक जीवन में यह उसके हित में नहीं होता।

ऊपर की तूहल और जिज्ञासा शान्त करने के लिए मस्याकृति परीक्षण का बहुत साधारण-सा वर्णन कर दिया गया है। वैज्ञानिक रूप में मस्याकृति परीक्षण बहुत जटिल होता है इसलिए उसको समझने और करने के लिए काफी अनुभव की अपेक्षा होती है।

कथानक-पूर्ति परीक्षण—एक और प्रक्षेपण विधि को कथानक-पूर्ति परीक्षण (Thematic Apperception Test) कहा जाता है। कथानक-पूर्ति परीक्षण में कई ऐसे माननिरूपित चित्र होते हैं जिनमें कोई न कोई घटना कथानक के रूप में अंकित रहती है। पात्र को वे चित्र दिखाए जाते हैं और उससे उन चित्रों द्वारा दृशित कथानकों की पूर्ति करने को कहा जाता है।

कथानक-पूर्ति परीक्षण का वही आधार है जो मस्याकृति (Ink Blot) परीक्षण का है। कथानक-पूर्ति परीक्षण में भी पात्र अनजाने में कथानक-पूर्ति पपते गहन मन में संचित पूर्व-अनुभवों के प्रक्षेपण के आधार पर करता है जिसमें उसके व्यक्तित्व के उद्देश्यात्मक संगठन की दिशा का निश्चित आभास मिल जाता है। एक मूल उदाहरण लीजिए :

परीक्षक पात्र को चित्र ७७ दिखाकर यह कहता है . “चित्र में अंकित कथानक के पीछे क्या कारण हो सकता है, चित्रांकित पात्र क्या अनुभव कर रहा



चित्र ७७

है और उसके सोचने की दिशा क्या है और उसका क्या परिणाम हो सकता है ?” देखिए कि तीन पात्रों ने चित्र ७७ के कथानक की पूर्ति कैसे की ?

पात्र १—इस लडकी ने कोई ऐसा काम कर डाला है जिसे वह घर में किसी से बताना नहीं चाहती क्योंकि घरवाले उस पर बहुत विश्वास करते हैं और अपने मन का भेद बताकर वह उनके विश्वास को तोड़ना नहीं चाहती, इसलिए बेहद परेशान है ।

पात्र २—यह लडकी अपने पिता से बेहद प्यार करती है और उसके मर जाने पर शोकाकुल होकर विलाप कर रही है ।

पात्र ३—इस स्त्री को इसके पति ने किसी अन्य पुरुष के साथ प्रेमालाप करते देख लिया है जिससे वह अपने किए पर पश्चात्ताप करके रो रही है ।

कथानक-पूर्ति परीक्षण (Thematic Apperception Test) के विभिन्न चित्रों में अलग अलग स्थितियाँ दी हुई होती हैं । प्रकृत व्यक्ति के

चिन्तन की दिशा बहुमुखी होती है जिससे उसे स्थिति विशेष के अनुरूप चिंतन कर सकने में कोई कठिनाई नहीं होती। हमारे सोचने पर अचेतन प्रेरकों और तीव्र रागात्मक अनुभवों का निश्चित प्रभाव पड़ता है। अगर किसी पात्र द्वारा अधिकांश चित्रों में अंकित विभिन्न स्थितियों की कथानक पूर्ति के लिए केवल एक ही दिशा में सोचने की प्रधानता हो तो निश्चित है कि उसके व्यक्तित्व के उद्देश्यात्मक संगठन पर कोई विशेष अचेतन प्रेरक या तीव्र रागात्मक अनुभव ज्यादा प्रभाव डाल रहा है जिससे वह स्वस्थ और प्रकृत रूप से बहुमुखी दिशाओं में सोच-विचार करने योग्य नहीं रह गया है।

पात्र १ और २ ने चित्र ७७ में 'लड़कियाँ' देखी और पात्र ३ ने 'स्त्री' देखी। पात्र १ ने एक लड़की से प्रेम करना शुरू किया था किन्तु लड़की उसे सीमा से आगे नहीं बढ़ने देना चाहती थी। पात्र १ के बहुत आग्रह करने पर लड़की मानती तो नहीं थी किन्तु वेहद परेशान हो जाया करती थी। पात्र १ द्वारा कथानक-पूर्ति पर उसकी तीव्र रागात्मक मनोदशा का स्पष्ट प्रभाव मौजूद है। पात्र २ एक लड़की है जिसकी माँ वचपन में ही मर चुकी थी जिसका लड़की को बड़ा दुख था। लड़की का पिता काफी वृद्ध और मरणासन्न था। लड़की को हमेशा यह चिन्ता घेरे रहती थी कि पिता के मरने के बाद उसका क्या होगा। लड़की (पात्र २) द्वारा की गई कथानक-पूर्ति निस्सन्देह उसके इसी समस्या-मूलक विचार से सापेक्षीकृत है। पात्र ३ एक विवाहित व्यक्ति है जिसे अपनी स्त्री के चरित्र पर सन्देह है और वह हमेशा अपने सन्देह की पुष्टि का मौका ढूँढता रहता है। उसकी इस मनोवृत्ति को उसके द्वारा की गई कथानक-पूर्ति में देखा जा सकता है। अपनी स्त्री पर सन्देह करने के कारण वह चित्र ७७ में पात्र १ और २ की तरह 'लड़की' न देखकर 'स्त्री' देखता है।

यद्यपि प्रक्षेपण विधियों से व्यक्तित्व के उद्देश्यात्मक संगठन की दिशा को शत प्रतिशत तो नहीं जाना जा सकता और वैज्ञानिक दृष्टि से एक सीमा के बाहर परीक्षण के परिणामों पर भरोसा भी नहीं किया जा सकता तो भी व्यक्तित्व को जानने के लिए प्रक्षेपण-विधियों का महत्व कम नहीं है।

प्रासंगिक पुस्तकें

CHAP I

- Alexander, Fundamentals of Psychoanalysis
Freud, S , New Introductory Lectures on Psychoanalysis.
Gray, J S , Psychology Applied to Human Affairs.
Hurlock, E B , Developmental Psychology.
Kohler, W , Gestalt Psychology
Munn N L , Psychology . The Fundamentals of Human Adjustment
Murphy, G , A Historical Introduction to Psychology.
Ruch, F L , Psychology and Life
Woodworth, R S , Contemporary Schools of Psychology.

CHAP 2

- Andrews, T G (Ed) Methods of Psychology.
Brown, C. W & Ghiselli, E. E., Scientific Methods in Psychology
Gardner, E , Fundamentals of Neurology.
Heberle, R , Social Movements
Klineberg, O , Social Psychology .
Newcomb, T. M , Social Psychology
Rubinstein, E A and Lorr, M (Eds), Survey of Clinical Practice in Psychology
Richards, T W , Modern Clinical Psychology.
Underwood, B J etc , Elementary Statistics
Woodworth, R S and Schloberg, H. Experimental Psychology.

CHAP. 3.

- Campbell, C M , Human Personality and the Environment
Goldschmidt, R. B , Understanding Heredity.
Munn, N L , Evolution and Growth of Human Behaviour.
Zubek J. and Solberg, P. A., Human Development.

CHAP. 4.

- Beach, F. A., Hormones and Behaviour.
 Fulton J. F. Physiology of the Nervous System.
 Jung, C. G., Psychology of the Unconscious.
 Penfield, W., The Physical Basis of Mind.
 Prince M., The Unconscious.

CHAP. 5 and 6

- Blake, R. R and Ramsey, G. U. (Eds), Perception : An Approach to Personality
 Evans, R. M., An Introduction to Color
 Geldard, F. A., The Human Senses
 Gibson, J. J., The Perception of the Visual World.
 Wever, E. G., Theory of Hearing

CHAP 7.

- Bruce, H. A., Sleep and Sleeplessness.
 Freud, S., Beyond the Pleasure Principle.
 Three Contribution to the Theory of Sex.
 Hebb, D. O., Organisation of Behaviour.
 Symonds, P. M., Dynamic Psychology.
 Sidis, B., An Experimental Study of Sleep.
 Timbergen, N., The Study of Instinct.

CHAP. 8.

- Reymert, M. L (Ed), Feelings and Emotions.
 Ruckmick, C. A., The Psychology of Feelings and Emotions
 Sterba, R., Introduction to the Psycho-analytic Theory of the Libido

CHAP. 9.

- Freud, S., Psychopathology of Everyday Life.
 Civilisation and its Discontents.
 Hall, C. S., A Primer of Freudian Psychology.
 Jung, C. G., Modern Man in Search of a Soul
 Symonds, P. M. The Ego and the Self

CHAP. 10

- Deese, James, The Psychology of Learning.
 Guthrie, E. R., The Psychology of Learning.

Garret, H. E., Great Experiments in Psychology.

Hilgard, E. R., Theories of Learning

Mowrer, O H, Learning Theory and Personality Dynamics.

Pavlov, I P, Lectures on Conditioned Reflexes

Tolman, E C., Purposive Behaviour in Animals and Men

CHAP. 11

Barlett, F C., Remembering · A Study in Experimental and Social Psychology

Ebbinghaus, H, Memory

Ellis, W D, A Source Book of Gestalt Psychology

James, Wm, Principles of Psychology, Vols I and II

CHAP. 12

Freud, S., The Interpretation of Dreams.

Jones, Ernest, On the Nightmare.

Jaensch, E. R, Eidetic Imagery

L Levy-Bruhl, Primitive Mentality.

Nicoll Maurice, Dream Psychology

Stekel, W, Interpretation of Dreams.

Wertheimer, M, Productive Thinking

CHAP 13

Anastasi, A and Foley, J P Jr, Differential Psychology

Bagby, E, The Psychology of Personality.

Blum, G, S, Psycho-analytic Theories of Personality

Eysenck, H J, The Scientific Study of Personality.

Freud, S. The Ego and the Id,

Freeman, F S, Theory and Practice of Psychological Testing.

Goddard H H Feeble-mindedness Its Causes and Consequences

Jung, C G, Integration of the Personality

Psychological Types

Analytic Psychology.

Jennings, H S, The Biological Basis of Human Nature.

Murphy, G, Personality.

CHAP. 14

Dorcus, R. M and Shaffer, G. W, Textbook of Abnormal Psychology.

Fisher, V. E., An Introduction to Abnormal Psychology.

Klein D B, Abnormal Psychology.

McDougall Wm, Outline of Abnormal Psychology.

Noyes, A P A Textbook of Psychiatry.

Page, J D., Abnormal Psychology

White, Wm, Outline of Psychiatry.

CHAP. 15

Bagby, E, The Etiology of Phobias (Jour. of Abnor. Psychology, 1922, Vol. 17).

Frink, H. W., Morbid Fears and Compulsions.

Fenichel, Otto, The Psychoanalytical Theory of Neurosis.

Hollingworth, H. L., The Psychology of Functional Neuroses

CHAP. 16

Cameron, N., Psychology of the Behaviour Disorder.

Freud, S., Collected Papers, Vols II, IV, V.

Janet, P., Major Symptoms of Hysteria

Kretschmer, E, Hysteria.

Sidis, B. and Goodhart, S. P, Multiple Personality

CHAP 17

Bleuler, E, Textbook of Psychiatry

Farrar, C B and Franks, R M, "Menopause and Psychosis," (Amer. Jour of Psychiat, 1931, 10, 1031-44)

Kretschmer, E, Physique and Character.

Stoddart, W. H. B, Mind and Its Disorders.

CHAP 18

Beck, S. J, Personality Structure in Schizophrenia

Boisen, A T., The Exploration of the Inner World.

Hoskins R G, The Biology of Schizophrenia

Kallmann, F. J, The Genetics of Schizophrenia.

Kasanin, J. S, (Ed), Language and Thought in Schizophrenia

Landis, C, and Page, J. D, Modern Society and Mental Disease.

CHAP. 19

Coleman, J C. Abnormal Psychology and Modern Life.

Dodge, R and Benedict, F G , Psychological Effects of Alcohol

J McV. Hunt (Ed) Personality and the Behaviour Disorders

Rosanoff, A , Manual of Psychiatry and Mental Hygiene.

Snygg D. and Combs, A. W , Individual Behaviour

CHAP. 20

Bramwell, J. M , Hypnotism, Its History, Practice and Theory

Hull C L. Hypnosis and Suggestibility

Le Cron, L M and Bourdeaux, J , Hypnotism Today.

Moll, A , Hypnotism

CHAP 21

Frank, L K , Projective Methods

Harrower, M., Appraising Personality

Klopfer, B and Kelley, D M The Rorschach Technique

निर्देशिका

- अचेतन, ७५
व्यक्तिगत, २७५
सामूहिक, २७५
फ्रायट का मत, २८०
यूक का मत, २८०
और अन्तर्मुखता, ३१५
अतिशय निर्धारण, १६४
अनुकम्पिक, ६६
अन्तर्निरीक्षण, २४
और अनुप्रेक्षण २५
अन्तर्बीज, ४०
अन्तर्मुखता, ३१३
और लिबिडो, ३१४
और अचेतन, ३१५
अभ्यास, एकत्रित, २४४
वितरित, २४४
अल्पसूत्रता नियम, १४२
अवयव, ८६
अवयवी, ८६
अवरोध, ६२
और कोर्टेक्स, ६१
और शमन, २०२
प्रतीपकारी, २६१
अशनाद, ११६
आकुलता, ३३३
न्यूरोटिक, ३३४
वास्तविकता, ३३४
नैतिक, ३३५
आर्कोटाइप, २७६
आत्मनिर्धारण, ३०२
आल्जाइमर रोग, ४१७
इद्रासाइकिक ऐंटेक्सिया, ३६८
इड, ३०३
और स्मृति प्रतिमा, ३०३
और सुखापेक्षी सिद्धान्त, ३०३
और ईगो, ३०८
और सुपरईगो, ३१०
और न्यूरोटिक आकुलता, ३३४
ईगो, ३०४
और वास्तविकतापेक्षी सिद्धान्त,
३०५
और दिवास्वप्न, ३०५
और तादात्म्यीकरण, ३०८
और अवरोध, ३०६
और रक्षात्मक उपाय, ३३५
उत्तर-सवेदन १०६
और आइडेटिक प्रतिमा, २६८
उदासी, ३८०
प्रतिक्रियात्मक, ३८०
उद्दीप्त ३८६
उद्देश्य, १३६
उपचेतन, ७३
की कार्यप्रणाली, ७३
और अन्तर्दृष्टि, ७४

उपचेतन और धैलेमस, ७४

उपानुकपिक, ६६

उभयमुखी, ३१३

एनिमा, २७७

एनिमस, २७७

एपीलेप्सी, ३५२

टानिक पक्ष, ३५३

क्लानिक पक्ष, ३५३

बड़ा दौर, ३५३

छोटा दौर, ३५३

ऐनोक्सिया, ४१६

ऐनोरेक्सिया नर्वोसा, ३०३

ऐम्नीसिया, ३६३

व्यापक, २६३

सीमित, २६३

प्रतीपकारी, २६३

ऐम्ब्लियोपिया, १०६

ऐस्थिनोपिया, १०६

ऐस्टेसिया एवैसिया, ३५६

ऐस्टिमैटिज्म, १०६

ऐस्टीरियोग्नासिस, १३४

काम्प्लेक्स, १७८

इडिप्स, १८१

इनेग्दा, १८२

हीनता, १६०

अचेतन, ३६७

अटिनिज्म, ४१५

जेन, १, अनात्मक प्रतिक्रिया, १६६

२, रीपेजन्, १६६

३, दामन, २००

४, मानसिक विपटन, २०४

केस ५, आत्म-प्रताड़ना, २०५

६, साधारण मूर्त फोबिया, ३४०

७, प्रतीकात्मक मूर्त फोबिया, ३४१

८, प्रतीकात्मक अमूर्त फोबिया,

३४३

९, पर्यावरण, ३४४

१०, बाध्यक्रिया, ३४६

११, साइकेस्थीनिक टिक, ३४६

१२, १३, एनेस्थीसिया, ३५५

१४, टिक और कोरिया, ३५६

१५, हिस्टीरिक दर्द, ३५७

१६, हिस्टीरिक लकवा, ३५६

१७, फ्यूग, ३६०

१८, सोमनैम्बुलिज्म, ३६१

१९, बहुव्यक्तित्व, ३६४

२०, सहसक्रिय व्यक्तित्व, ३६७

२१, मेनिक-उदासी, ३८२

२२, पैरानोइया, ३६१

२३, पैरानोइड व्यक्तित्व, ३६३

२४, साधारण स्काइजोफीनिया,

४०१

२५, पैरानोइड स्काइजोफीनिया,

४०२

२६, कटाटानिक स्काइजोफीनिया,

४०४

२७, हीवीफीनिक स्काइजोफीनिया,

४०५

२८, पैरेसिस, ४१३

फैंटेलेप्सी, ४०३

फोर्टेक्स, ७०

और अवरोध, ७३

फ्रोमोजोम्न, ४४, ४७

फोर्साकोफ साइकोसिस, ४१६

कोष, ४०

का विभाजन, ४४

पुनरुत्पादक, ४६

खेलना, १५०

हर्वर्ट स्पेन्सर का मत, १५०

स्टैनली हाल का मत, १५१

कार्लग्रूस का मत, १५१

लैंड, ६६

इन्डोक्रिन, ६६

एक्जोक्रिन, ६६

ग्रेन्यूल्स, ७०

चेतन मन, ७३

चेतनता, ८१

चूक-चेष्टा, २२०

प्रत्यक्ष, १८६

परोक्ष, १८७

छाया, २७६

छड़, १०२

जीन, ४७

प्रभुताशाली, ५१

प्रभुताहीन, ५१

टिक, साइकेस्थीनिक, ३४६

हिस्टीरिक, ३५६

डिप्लोपिया, १०६

डिमैन्शिया प्रीकाक्स, ३६६

डिलीरियम ट्रेमेन्स, ४१८

त्वचीय बोधशून्यता, १२१

तादात्म्यीकरण, ३०२

तादात्म्यीकरण और प्रक्षेपण, २०७

और ईगो, ३०८

और सुपरईगो, ३०९

थैलेमस, ६९

और उपचेतन, ७४

और संचारीभाव, १७४

दिवास्वप्न, २८४

और ईगो, ३०५

धमनी-काठिन्य, ४१७

न्यूरोनीय प्रेरणा, ५७

न्यूरोसिस, ३३६

नेत्रपटल, १०१

प्रत्यय, २८६

प्रतिक्रिया, ३८

और उद्दीपन, ३८

और अवरोध, ३८

प्रतिमा, २६७

पुनरुत्पादक, २६७

सृजनात्मक, २६७

आइडेटिक, २६८

प्रतिष्ठापन, १६५

और प्रक्षेपण, २०७

प्रक्षिप्त, क्रिया, ५६

चाप, ५६

शृंखला, ६०

चक्र, ६१

प्रतीक, २६६

प्रभाव-नियम, २२४

प्रक्षेपण, २०७

और तादात्म्यीकरण, २०७

और प्रतिष्ठापन, २०७

प्राकृतिक चुनाव, ५०

प्रेस्विओपिया, १०६
 प्रोटोप्लाज्म, ४०
 पर्यावरण, ३४४
 परिवर्तन हिस्टोरिया, ३७४
 परिवर्त्य, आश्रित, २७
 निराश्रित २७
 मध्यस्थ, २२४
 परिवेश, ३७
 अन्तर्कोपीय, ५२
 पैरेन्सीसिया, २६३
 प्रतीपकारी, २६३
 और अचेतन अनुमान, २६४
 पैरेसिस, ४१२
 पर्सोना, २७६
 पिक रोग, ४१८

फाई-व्यापार, १३३
 फेटिगिज्म, १८८
 वचन का उपाय, २५२
 बहिर्मुखता, ३१३
 बहु-व्यक्तित्व ३६३
 क्रमान्तर, ३६७
 महसक्रिय, ३६७
 और स्काइजोफ्रीनिया, ३६७
 बुद्धि-लब्धि, ३१६
 और मनोनुकूलता, ३२७

भ्रम, ६६
 भयावह स्वप्न, २८२
 और स्वप्न, २८३

भविष्य, २६८
 मनोनुकूलता, ३२३

मनोनुकूलता और बुद्धि लब्धि,
 ३२७
 और रुचि, ३२७
 मानसिक संगठन, ७०
 गौण, ३६३
 प्रमुख, ३६३
 मायोपिया, १०५
 मूलनाद, ११६
 मेनिया, ३७८
 एक्झूट, ३७६
 हाइपरएक्झूट, ३७६
 मैसोकिज्म, १४८
 रक्षात्मक उपाय, ३३५
 और ईगो, ३३५
 रङ्ग, प्रमुख, १०८
 पूरक १०८
 का क्रमिक विरोध, ११०
 का समकालीन विरोध, ११०
 चक्र, ११०
 और शकु, ११२
 रीग्रेसन, १६७
 और अवरोध, १६६
 लिविडो, १७८
 और अन्तर्मुखता, ३१४
 व्यक्तित्व, साइक्लोयाइमिक, ३८४
 पैरानोइड, ३६३
 वाकभ्रंश, ७१
 विघटन, ८२, ३५१
 और घमन, २०४
 और मोमनैस्युलिज्म, ३६३
 विजुअल पर्सन, १०८
 विधेय-चिन्तन, ३०७

विधेय चिंतन और स्वप्न, ३०७

विलम्बित प्रतिक्रिया, २६७

विस्थापन, ३०७

और स्वप्न, २७२

विषमोत्तर सवेदन, ११०

शमन, २००

और अवरोध, २०२

और विघटन, २०४

श्रेयसीकरण, १७६

शकु, १०२

स्थायीकरण, १८०

स्मृति-प्रतिमाएँ, ३६७

और इड, ३०३

स्मृति विकार, २५३

स्वप्न, २६६

प्रकट, २७१

प्रच्छन्न, २७१

और विस्थापन, २७२

और सक्षिप्तीकरण, २७३

और भयावह स्वप्न, २८३

और विधेय चिंतन, ३०७

समोत्तर सवेदन, १०६

साइकोन्यूरोसिस, ३३६

साइकोसिस, ३३६

कार्यात्मक, ३३६

आगिक, ३३६

और अन्तर्दृष्टि, ३७७

कोसर्कोफ, ४१६

सादिज्म, १४८

सामान्य द्वार, ६३

साहचर्य, ८२

के नियम, २५४

सीखना, सयोगात्मक, २२५

सीलियरी मांसपेशी, १०२

सुपरईगो, ३०६

और ईगो आदर्श, ३०६

और विवेक, ३०६

और तादात्म्यीकरण, ३०६

और नैतिक आकुलता, ३३५

सेन्सर, २७२

और उपचेतन, २७२

और विस्थापन, २७२

संचारीभाव, १६३

और मूलप्रवृत्तियाँ, १६४

और हाइपोथैलेमस, १७४

संज्ञादोष, परिवर्तनीय, ६४

सतत्, ६५

संज्ञाशून्यता का समय, ६२

हठभ्रम, ३८८

शरीरप्रसंगी, ३८६

मनसप्रसंगी, ३८६

जगतप्रसंगी, ३८६

महानता, ३६०

अभियोग, ३६०

सन्दर्भ, ३६०

अव्यवस्थित, ३६०

व्यवस्थित, ३६०

और पैरानोइया, ३६१

और स्काइजोफ्रीनिया, ३६१

और परानोइड व्यक्तित्व, ३६३

हाइपरोपिया, १५०

हाइपोमेनिया, ३७६

हार्मोन, ६६

क्षतिपूरक क्रियाएँ, १६१